الصراع النفسي

تأليف

د. أبومدين الشافعي

الكتاب: الصراع النفسي
الكاتب: د. أبو مدين الشافعي
الطبعة: ٢٠١٩

الناشر: وكالة الصحافة العربية (ناشرون)
٥ ش عبد المنعم سالم – الوحدة العربية – مدكور- الهرم – الجيزة
جمهورية مصر العربية
هاتف : ٣٥٨٢٥٢٩٣ _ ٣٥٨٦٧٥٧٦ _ ٣٥٨٦٧٥٧٥
فاكس : ٣٥٨٧٨٣٧٣
APA
E-mail: news@apatop.comhttp://www.apatop.com

دار الكتب المصرية
فهرسة إثناء النشر

الشافعي ، د. أبو مدين
الصراع النفسي/ د. أبو مدين الشافعي
– الجيزة – وكالة الصحافة العربية.
٨٩ ص، ١٨ سم.
الترقيم الدولى: ٣ – ٥٢١ – ٤٤٦ – ٩٧٧ – ٩٧٨
أ – العنوان رقم الإيداع : ٩٣١٤ / ٢٠١٩

الصراع النفسي

وكالة الصحافة العربية
«ناشرون»

المقدمة

يعاني كل شخص في معظم فترات حياته نزاعاً داخلياً بين عوامل مختلفة فيشعر باضطرابات في الشعور وفي الوظائف النفسية وفي الأفعال الجسمية، وفي مثل هذه الحالات يكون الصراع النفسي طبيعياً لكونه مشعوراً به إذ يحاول الشخص أن يقضي عليه بشتى الوسائل التي تحدث الراحة وتحقق الطمأنينة.

ولكن الخطورة في الحياة النفسية تأتي من الصرع اللاشعوري الذي يجعل التطاحن الداخلي يتحول إلى أنواع من الشذوذ يظهر معظمها في صورة قلق وضيق أو تعطل في بعض الوظائف الجسمية وبعض مواقف التكيف الاجتماعي.

هذا النوع من الصراع الخفي يحتاج إلى بحث على يدرس أسبابه ويحدد مظاهره ويقدر آثاره ويحتاج إلى بينة علمية تنير له الطرق لكي يتخلص من البذور التي يمكنها أن تنمو وتجعل الداء يستفحل ويصعب علاجه، وقد راعينا ألا نتحيز لأي مدرسة من المدارس العلمية وإنما نحاول أن نعرف المشكلة في مختلف صورها الطبيعية كما يمكنها أن تحدث عند أي شخص ونحاول في آخر البحث أن نعرض بعض الطرق العملية التي يمكنها أن تخفف من حدة الصراع النفسي، وقد استبعدت من هذا البحث

الحالات المستفحلة التي تكون العوامل المتنازعة فيها عديدة وقوية بحيث أن آثارها تصل إلى إحداث اضطرابات عنيفة في الأفعال كما هو الأمر في داء الصرع وذلك لأنها حالات خاصة تحتاج إلى دراسات معينة تفرد لكل حالة لتتبع عواملها الخاصة، وعلى كل حال فإن هذه الصفحات توجه القارئ إلى أهم المشكلات المرضية في الحياة النفسية لتساعده على الوقاية وتمكنه من استدراك الموقف في حالة بدء الاضطراب عند أول ظهور الصراع النفسي، ونرجو من القارئ أن يحاول إكمال هذه الإشارات بالتأمل الذاتي ليتأكد من الظواهر النفسية المشار إليها حتى لا يتسرع في الحكم ويتعرض للأوهام.

إن أهم ما يراد الوصول إليه من وراء هذا البحث هو الإشارة إلى الربط بين العوامل النفسية والجسمية والاجتماعية فيما يرجع إلى مجال الصراع النفسي، فإن الكثير من الأطباء يغفلون النواحي النفسية والاجتماعية في تشخيص بعض الأمراض المزمنة التي لا تؤثر فيها المركبات الكيميائية التي قد تخفي علامة المرض دون أن تقضي على سببه الأصلي.

فإلى الذين طال بهم الطواف على الأطباء دون أن يجدوا ما يرجع إليهم الشعور بالراحة والتمتع بالصحة، نقدم هذه الصفحات علها توجههم أو ترشد أطباءهم إلى العوامل الخفية التي يمكنها أن تحدث اضطرابات قوية مع تفاهة حقيقتها وسهولة القضاء عليها بالطرق التي تعطى للعوامل النفسية والاجتماعية مكانتها في محاولة إرجاع التوازن العام في الإنسان.

الغريزة والعاطفة

يعتبر اصطلاح "الغريزة" عبارة بالية في علم النفس، فالاتجاه الجديد في العلم يحاول أن يبتعد عن الألفاظ والكلمات التي كانت تخفي جهلنا بالحقائق النفسية، ولقد كان الفلاسفة الباحثون في الظواهر النفسية يقولون بوجود ملكات نفسية مثل الغريزة والعاطفة والإرادة والذاكرة وغيرها من الوظائف التي تساعد الإنسان على التكيف في المجال الطبيعي والبيئة الاجتماعية، واستعمل اليوم كلمتي الغريزة والعاطفة كإشارة إلى مرحلتين هامتين من السلوك ولا أريد من القارئ أن يفهم أني أحاول التعمق في دراسة حقيقتين نفسيتين إحداهما تسمى بالغريزة والأخرى تدعى بالعاطفة، ولكن بحثي يتجه إلى توضيح الصراع العنيف الذي يوجد في كل لحظة عند كل شخص، وهذا الصراع الدائم سر من أسرار التقدم الإنساني كما أنه في أغلب الأحيان مصدر هام لشتى الاضطرابات الجسمية والنفسية والاجتماعية.

ليست هناك ملكة كحقيقة ثابتة أو ظاهرة مستقلة تسمى بالغريزة، كما أننا لا نجد في النفس مكاناً خاصاً تنزوي فيه حقيقة خاصة تسمى بالعاطفة، وقد اعتقد قوم من قبل أن العاطفة ظاهرة مستقلة وأنها موجودة في القلب وميزوها عن الغريزة المحصورة في أسفل الجسم وعن العقل الموجود في الرأس.

وبدلاً من هذا التشخيص والبحث عن الملكات يمكننا أن نقف عند الظاهر الخارجية مثل الانفعال التي يتكون منها السلوك والأفكار والأحلام التي تعوض الأفعال الخارجية وتكون السلوك الذهني.

نجعل كلمة الغريزة تشير إلى الدوافع القوية التي تلبي الحاجات الأساسية فتعتبر الغريزة كمجموعة الميول العامة التي تشمل كل أفراد الإنسان ويوجد بينها وبين الميول الحيوانية بعض الشبه، وهي متوازنة ثابتة لا يمكننا أن تقضي عليها قضاء كلياً؛ ولذلك قيل إنها مغروزة في الإنسان وتشير كلمة غريزة إلى قوة هذه الميول، وشعر الإنسان بقوتها بعد محاولته التغلب عليها والتخلص من بعضها.

ولو تأملنا كل الإنشاءات الاجتماعية العالية مثل النظم الفلسفية والأخلاقية والتيارات الدينية وجدناها تكافح كلها ضد الغريزة والعاطفة يدعو إلى توضيح اتجاهين هامين أولهما جسمي نفسي وثانيهما نفسي اجتماعي، ويفهم من هذا التعبير أننا لا نستطيع فصل الجسم عن النفس، وكذلك الأمر فيما يرجع إلى النفس والمجتمع، فالنشاط النفسي وسيلة للربط بين الجسم والمجتمع، ويمكننا أن نقول الآن إن الميول الغريزية تحاول أن تضمن راحة الجسم وتلبي حقوق الفرد كفرد، وأما العاطفة فهي رمز الصلة الاجتماعية.

يقتضي العطف أن يشمل الشخص بعنايته شخصاً آخر ويضمن له راحته في سبيل مساعدته وخدمته.

ونحن نقدر الشخص الذي يميل إلى عواطف سامية وتحتقر الشخص الذي يخضع خضوعاً مطلقاً للغرائز ويعيش عيشة حيوانية، ولكن أغلب الناس يكافحون ضد الغرائز ويحاولون التخلص من الاندفاعات القوية التي تجعلهم يسلكون سلوكاً غريزياً يفصلهم عن المجتمع فكل شخص يناضل حسب تجاربه البسيطة ولا تقوى هذه التجارب إلا بعد ما تكون الغرائز قد صارت عادات قوية ثابتة.

لهذا السبب أحاول أن أقدم بعض الفوائد العلمية التي قد تكون مساعدة للفرد في كفاحه ضد الغرائز وتجعله يتغلب على الميول الجسمية التي تدعم الأنانية.

الصراع بين الفرد والمجتمع

إن نظرة عامة على بعض الظواهر مثل الحياة والخجل والضحك التهكمي تجعلنا نشعر بالصراع الدائم المتواصل بين الفرد والمجتمع، فالحياة نوع من الخوف لأن الفرد يشعر دائماً بضغط المجتمع الذي يحاول أن يوقف تيا ر الاندفاعات الجسمية ولكن الغريزة –وهي مصدر هذه الاندفاعات– قد تتعدى هذا الحد وتحاول تحقيق رغبات زائدة عن الحد بدافع الخوف من الهلاك.

إذا شاهدنا موقف شخص يتقن السباحة ويحاول القفز في الماء من مكان مرتفع فإننا نلاحظ عنده نوعاً من التردد ويشعر الشخص وقت القفز بنوع من الخوف مصحوب بلذة الانتصار، قد يكون الخوف قوياً فيعوق فعل القفز وقد تكون اللذة متغلبة فيتم الفعل ولكن الصراع بين هذا الخوف وبين لذة الانتصار التي يقدرها الآخرون موجودة في النفس بشكل واضح.

وقد حاول بعض علماء النفس تقسيم الغريزة إلى أنواع وأكبر تقسيم هو تمييز الغريزة الفردية عن الغريزة الاجتماعية، وحب التقسيم أدى بالعلماء إلى تناقض في التعبير عندما قالوا بوجود غريزة اجتماعية لأن الغريزة هي سلاح الفرد، والمجتمع يحاول دائماً الحد من الغرائز، ويمكننا أن

نضرب لذلك مثلاً محسوساً هو النضال بين المجتمع والغريزة الجنسية، فإن كل المجتمعات حاولت أن تجد منها وتضع في طريقها صعوبات تقيدها وتنظمها، وليس الحياء الذي يحوط بالعملية الجنسية إلا دليل انتصار المجتمع على الفرد في هذه الغريزة.

ليست الوظائف النفسية المختلفة إلا وسيلة لتحقيق التكيف بين الفرد والبيئة، وعلى هذا الأساس لا يمكننا أن نفرق بين الوظائف أو نجعلها متعارضة لأنها كلها ترمي إلى غاية واحدة، لقد أشرب إلى أن المجتمع يحاول الحد من الغريزة الجنسية رغم أن هذه ترمي إلى زيادة النسل وتقوية المجتمع ولكن الإسراف في الفعل الجنسي يعرض الشخص للخطر، فالمجتمع يؤيد الغريزة في المحافظة على حياة الفرد، وقد يتساءل بعض الناس عن حكمة الزواج أو القيود التي وضعتها الأديان في سبيل الإسراف في الفعل الجنسي والجواب على هذا السؤال سهل وواضح وذلك لأن الغريزة قد تضطرب وتزيد عن حدها فتضيع الغاية منها وفي مثل هذا الوقت يتدخل المجتمع ليحدث التوازن ويحقق لتكيف.

ودراسة التكيف لا يمكن أن تكون نظرية لأن ظروف التكيف وعوامله عديدة مختلفة ولذلك لابد من الرجوع إلى الملاحظة والواقع، فيحسن دائماً أن نلقي نظرة قريبة ومشاهدة دقيقة على بعض الحالات، فنتبع السلوك الخارجي ونبحث عن الدوافع النفسية الداخلية التي هيأت السلوك الخارجي.

إننا نلاحظ أن جمهوراً كبيراً يقبل على مشاهدة الأفلام السينمائية التي تمثل العواطف الشديدة والتعقدات النفسية المختلفة، كما أننا نجد الأطفال الصغار يميلون إلى الأفلام التي تكثر فيها الحركات العنيفة مثل القفز والجري، ويمكننا أن نعلل هذه الميول بالبحث عن التوافق والتكيف لأن أغلب هؤلاء الأشخاص الذين يرتاحون لرؤية الأفلام الغرامية بما فيها من مغامرات غريبة يحلمون دائماً بمثل المواقف التي يشاهدونها في الأفلام، وكذلك الأطفال يرتاحون لرؤية الجري والقفز لأن استعدادهم في النمو يتطلب ذلك وفي الغالب لا يجدون فرصة لتصريف النشاط الزائد بطريقة فعلية.

وبناء على ذلك يمكننا أن نقول إن التكيف ضرورة حيوية ويكاد يكون الاتجاه الحديث في علم النفس موجهاً توجيهاً كلياً نحو مشكلة التكيف، وكل الدراسات العملية الآن تدور حول وسائل التكيف الذي يضمن الراحة النفسية ويحقق النجاح في السلوك العام.

ويعتبر موضوع التكيف النقطة المركزية في علم النفس العملي وعندما وجهنا الدراسة نحو ما يمكن أن يعوق التكيف وجدنا أن التضارب بين الغريزة والعاطفة يحدث تطاحناً داخلياً في النفس، ويقضي هذا العراك النفسي على التكامل في الكائن الحي ويعرض الشخص إلى ما يسمى بالعقد أو الأزمات النفسية التي تعوق الشخص عن التغلب على المشكلات التي تعترضه في طريقه.

إن الشخص المصاب بتطاحن بين ميول غريزية وميول عاطفية يقع في حالة سلبية تظهر في شكل الفعل اللاإرادي.

إنك تشاهد بعض الأشخاص يقومون بأعمال متقطعة لا يوجد أي تسلسل بينها ويكون هؤلاء الأشخاص مدفوعين بما عليهم الوسط الذي يعيشون فيه بخلاف الأشخاص الذين تكون لهم قدرة إرادية توجههم فإنهم يتغلبون على التيارات المؤقتة التي يمكن للبيئة أن توحي بها إليهم فنقول عن الحالة الأولى التي يكون فيها الشخص مدفوعاً بالعوامل الخارجية الحاضرة إنها حالة استجابة وقتية ويكون هذا السلوك عبارة عن حركات غير موجهة إلى هدف معين، ولكن الحالة الثانية هي حالة النظام في الحركة وحالة السلوك الموحد الذي يرمي إلى هدف محدد.

إن العاطفة القوية التي دخلت في كل أجزاء الجسم تستطيع أن توجه الشخص نحو التكيف التام بل قد تكون العاطفة ضرباً من ضروب العلاج لتقضي على تعطيل وظيفي ونذكر حالة فتاة تعطلت عن الكلام مدة طويلة من الزمن وفشلت كل الوسائل التي اتبعت لاسترجاع نطقها وكان لابد من أن تشعر بعاطفة قوية نحو شخص لتندفع بطريقة تلقائية في كلام منظم موزون يحمل في طياته نبرات موسيقية جميلة؛ وذلك لأن الانفعال قد يعتبر صدمة تهز الجهاز العصبي وتفتح الطرق العصبية التي كانت متعطلة لأي سبب من الأسباب ولكن العاطفة التي تعالج قد تكون سبباً من أسباب التعطل الوظيفي إن لم يكن هناك توجيه علمي يجعل الشخص يتفادى التعقدات الوظيفية سواء كانت في السلوك الخارجي أو التفكير الداخلي.

ومشكلتنا التي نحاول أن ندرسها بتحديد العلاقة بين الغريزة والعاطفة يمكنها أن تفتح لنا مجالات واسعة النطاق للوقاية والعلاج، كل شخص في بداية حياته يكون مدفوعاً بالغرائز أولاً وتظهر بعض الوظائف بطريقة قوية ومتقنة ولكنه لا يلبث أن يشعر بنكسة إذا حاول أن يدخل أفعاله الغريزية في نطاق نفسي، وهذه المحاولة أي رغبة الشخص في إدخال أفعاله الغريزية تحت إشراف النشاط النفسي موجودة منذ الطفولة، نلاحظ أن اللعب في كل أنواعه ما هو إلا اندفاع غريزي للقيام ببعض الأفعال التي تحقق وظائف حيوية هامة، يتكلم الطفل أولاً مدفوعاً بالغريزة فيستعمل ألفاظ النطق استعمالاً حراً لا يرمي إلى أي غرض ولا يخضع لأي توجيه فتكون أفعال النطق مفككة من حيث الموضوع ولذلك يحاول الطفل أن يربط بينها من حيث الشكل فيدخلها في إيقاع بسيط يخترعه من نفسه أو يتأثر فيه بإيقاع خارجي يوحيه له من حوله، ولا يلبث الطفل أن يشعر في يوم من الأيام بحاجة تقوم على انفعال فيستعمل الكلام كسلاح يدافع به عن نفسه أو كوسيلة من وسائل التنظيم للأفعال الغريزية ولكن الانفعال نفسه إذا زاد عن حده فإنه يعطل وظيفة الكلام كما نشاهد ذلك في ارتباك الخطيب عندما يواجه جمهورًا جديدًا بالنسبة إليه، فإن الأفاظ وحركات النطق تنفصل عن المعنى وعن النشاط النفسي فلا تتم الوظيفة على الوجه الأكمل. ونلاحظ أن الانفعال الهادئ يتجلى في عاطفة تقوم على أساس طبيعي أي عاطفة تحاول أن تربط الاتجاه الغريزي باتجاه نفسي في أي ميدان من ميادين الوظائف الحيوية وهذا النوع من العاطفة يكمل الوظائف الغريزية. ونجد ذلك ممثلاً أيضًا في تفنن الشاب في الحديث

واكتساب سهولة في التعبير عندما يكون مدفوعًا بعاطفة طبيعية هامة ولهذا السبب يجب أن ننادي بإصلاح اجتماعي يهيىء ظروف طبيعية سليمة لهور عواطف طبيعية في الوقت المناسب من حياة الشخص حتى لا يتعرض إلى العواطف العنيفة التي تهدم الأسس الغريزية بدلاً من أن تقومها وتكملها.

وزيادة على ما سيواجهه الشخص من تيارات عنيفة وقت ظهور العاطفة القوية فإنه يتعرض في أثاء الكبت العاطفي إلى تطاحن قوي بين الغريزة والعاطفة طيلة مدة الكبت، وقد ينقلب الصراع إلى تحول في الوظائف الغريزية أو تعقد في الشعور العاطفي، وفي كلتا الحالتين يعاني الشخص متاعب شديدة للرجوع إلى الحالة الطبيعية. ويجب أن ننظم اللعب عند الطفل بناء على حالته الجسمية والنفسية لكي نوجه غرائزه توجيهًا طبيعيًا ونعوق التحول الغريزي فيما بعد.

وقد أثبت Herman Nunberg أن الختان عند الطفل يحدث أثرًا في النفس حسب سن الختان لأن عملية البتر تهدد الطفل في شعوره الجنسي. ويرى هذا المؤلف أنه كلما تأخرت سن الختان فإن الأثر يكون أكبر وإذا استعمل الآباء عملية الختان كوسيلة من وسائل التهديد فإن ذلك يزعزع في نفس الطفل أركان الغريزة الجنسية كما أن التهديد بأي طريقة أخرى أحدث أثرًا في نفوس الأطفال وولد نوعًا من الخوف صار طبيعة وقضى على وظائف هامة بل تعدى إلى القضاء على قوة إدراكية هي الشعور بالأنا أي الشعور بالذات، ونذكر حالة فتاة كان والدها دائمًا يهددها بوضعها تحت "الدوش" فتولد في نفسها خوف دائم من الماء

ووصل بها الحال إلى الامتناع عن الشرب كما أنها امتنعت من قبل عن الاستحمام وكانت تشعر بخوف كبير عند عملية التبول وانقلب حالها إلى تعقد وظائف أخرى منها تعطل الوظيفة الجنسية.

إن التطاحن بين الغريزة والعاطفة يعوق نمو الشخصية ويكون الشخص ضعيفًا في عملية التكيف لأن جزءًا كبيرًا من نشاطه يكون محولاً نحو الكفاح الداخلي فتضعف قوى الانتباه والإرادة وهما السلاحان الهامان اللذان يستخدمهما الشخص في فرض نفسه على الطبيعة والمجتمع. وزيادة على التشتت في النشاط النفسي فإن التطاحن بين الغريزة والعاطفة قد يؤثر في التركيب البيولوجي للجسم ويوجهه نحو الغريزة التي تسيطر في الكفاح، وكلٌّ يتوقف على السن التي يظهر فيها التطاحن وعلى مدة التطاحن وشدته.

إن الغرض الأول من علم النفس هو إرجاع السلوك إلى الحالة الطبيعية بجعل الشخص قادرًا على التكيّف، فإننا نلاحظ أن أغلب الأشخاص الذين يعانون تطاحنًا داخليًا بين الغريزة والعاطفة يشعرون بنوع من الاضطراب في الفعل أمام المواقف الجديدة ولو كانت طبيعية جامدة فيتطلب الشخص مدة من الزمن لكي يستطيع أن يجد الفعل المناسب لكي يتغلب على المشكلة الطبيعية المادية، ويحار عندما يحاول أن يقوم بأعمال بسيطة تحقق له راحة أو تقرب له غاية. وأما في المجتمع فإن الشخص المتعرض لنزاع بين العاطفة والغريزة يكون مكبلاً بخجل مسيطر فلا يستطيع التحدث أو مجابهة المواقف الاجتماعية بحديث يساير أفكار

الآخرين، وقد يحدث نوع من الاضطراب الفسيولوجي فيشعر الشخص باحمرار الوجه كما وقع لحالة (م. ش.) فإنه كان يشكو دائمًا من هذا الاضطراب لأتفه الأسباب وحاول كل الوسائل للقضاء عليه ولكنه لم يفلح في ذلك إلا بعد القضاء على صراعه الداخلي بين الغريزة والعاطفة.

وقد يتساءل المرء عن أقرب طريق لتقوية التكيف بتخليص الشخص من الصراع الداخلي. وبما أن بذور الصراع قد تكون راجعة إلى السنوات الأولى من الحياة فإن الشخص يحتاج إلى قوة إرادية زائدة ليقضي على الإيحاء القديم المتجمع في أعماق النفس، ويكون من العبث إقحام آراء جديدة أو توجيهات إرادية خارجة عن إرادة الشخص لأننا بذلك سنزيد في شدة الصراع ويصبح مثلث الأركان أي غريزة الشخص وعاطفته وإرادة الغير. ولا شك أن هذه الزيادة في شدة الصراع قد تزيد من تشتت قوى النفس وقد تكون كافية مع أي إرهاق أو مرض عابر أو انفعال مفاجئ ليقع الشخص في مرض الفصام، أي تتعرض القوى العقلية إلى الخطر وتخرج من نطاق المرض النفسي إلى نطاق المرض العقلي.

ولهذا يستحسن القضاء على النزاع بالقضاء على أي طرف من طرفي النزاع فيختار المحلل النفسي بعد دراسة دقيقة للموقف أحد الطرفين ليوجه المريض إلى مسايرته مؤقتًا فيقضي بذلك على التطاحن ليخفف من شدته ويعطي للشخصية فرصة لتتكامل. ولقد وجدنا بعض الأشخاص في كفاحهم ضد بعض الميول يشعرون بتعب شديد يعوقهم عن التكيف وكلما حاولوا مواجهة الميل ومعارضته فإنهم يبذلون طاقة نفسية كبرى دون فائدة

إلى أن يهتدوا إلى عملية الخضوع، وكثيرًا ما يكتسبون من هذه العملية – دون قصد – قدرة على التخلص من ميلهم الشديد. وكثير من الشيوخ الذين يحاولون أن يقاوموا الضعف الناتج عن السن يعرضون أنفسهم وشخصيتهم إلى التدهور السريع بخلاف شيوخ آخرين يحافظون على درجة من قواهم بعملية الاستسلام والخضوع للأمر الواقع فلا بد من أن نتبع في حل مشكلة النزاع بين الغريزة والعاطفة البحث عن أخف الأضرار، ويحتاج ذلك إلى مراحل للتوجيه وطرق مختلفة للتنفيذ.

الصراع بين الغريزة والذكاء

إن أكبر وظيفة يحققها الذكاء هي التكيف سواء كان في مظهره الذهني أو العملي أو الاجتماعي. وإذا حللنا وظيفة التكيف وجدناها ترمي إلى تحقيق اللذة وإبعاد الألم ويمكننا أن نجعل الغريزة محصورة في عملية المحافظة على الحياة أي أن الغريزة تحقق الأغراض الأساسية للكائن الحي، وأما الذكاء فهو يحاول تحقيق رغبات زائدة عن المطلوب بحيث يجعل الكائن الحي يعيش عيشة سهلة مضمونة قائمة على قوة مختزنة تحقق الطمأنينة وتتيح فرصة الوصول إلى الفن والتعمق في إدراك إحساسات دقيقة نسميها الذوق.

إن الغريزة متصلة بالذكاء العملي اتصالاً وثيقًا أي أن أكبر عدد من الحركات التي يقوم بها الإنسان تقوم على ربط غريزي بدافع تلقائي لا يدخل الشخص فيه أي مجهود، ويمكننا أن نعتبر حركات الهضم الداخلية وغيرها من المنعكسات الطبيعية التي تربط بين إفرازات الغدد والأفعال الجنسية وأفعال التنفس واستجابة الحدقة للضوء، كلها أفعال تكيف تنجح تارة وتفشل تارة أخرى ولكننا نلاحظ أن عملية التكيف في الميدان الغريزي تكون مضمونة إن لم يحاول الشخص التدخل فيها على أساس غير عملي أي أننا نجد أغلب الناس يميلون إلى نوع من الطعام في أوقات معينة

وينفرون من نفس هذه الأنواع في أوقات أخرى، ففي الغالب يكون الإقبال والنفور راجعين إلى تركيب كيميائي معين في الجسم فكل تصرف بالضغط في اتجاه مضاد للميل يحدث خللاً في التكيف ويؤدي إلى الاضطراب في الأفعال الداخلية للهضم وما يتبعه من الحالات العصبية التي قد تؤثر في السلوك العام.

ونلاحظ أن معارضتنا لبعض الميول الغريزية قد تجعل هذه الميول تشتد وتظهر في صورة تعلق نسميه في المجال الجنسي عاطفة، أي أن تتغلب الميول الغريزية فتنقلب إلى سلوك ذهني معين يحاول أن يجد الحجج الذهنية ليحقق رغبات الميول المكبوتة. وقبل أن يحدث هذا التحول في اليقظة والشعور الكامل فإنه يبدأ في مجال اللاشعور ويظهر أثناء النوم في صورة أحلام. ولهذا السبب اتجه الأطباء والفلاسفة ورجال الدين إلى العناية بالأحلام كوسيلة من وسائل التعبير عن الرغبات المكبوتة.

إن تعرض الإنسان إلى صراع عنيف بين ميوله الفردية وميوله الاجتماعية يؤدي إلى تكون ما يسمى بالضمير الذي يقوم بدور الرقيب فيبيح بعض الأفعال ويمنح بعضها الآخر، ويؤدي أيضًا إلى أن يتدخل الذكاء ليجد الحل الذي يحقق رغبات الشخص دون أن يجعله يصطدم بقوانين المجتمع، ولهذا السبب نجد أن للذكاء صلة وثيقة بالغريزة والعاطفة لأن الشخص الذي يعاني صراعًا عنيفًا يكون في حاجة إلى قوة تفصل بين طرفي النزاع فالأشخاص الذين يغامرون ويتعرضون لنزاع داخلي يمرنون ذكاءهم، ولذلك نجد أن أكثر الأفراد الذين يتمتعون بذكاء راق يعرفون

كيف يلبون كل مطالبهم الغريزية دون أن يجرحوا عواطف الآخرين. وهناك فئة أخرى تفضل أن تخضع لحكم الضمير وتعاني كبتًا شديدًا إلى أن تحدث عادة ثابتة قريبة من حالة السلبية التامة، وهناك أشخاص آخرون يندفعون مع تيار الغرائز دون تقدير العواقب في الميدان الاجتماعي ويكون هؤلاء الأشخاص ناقصين من حيث الذكاء عامة أو يكون ذكاؤهم محولاً نحو وظيفة معينة دون أن يعرفوا كيف يكيِّفون أنفسهم مع المجتمع باستخدام ذكائهم الجزئي.

ولو درسنا نفس كل شخص لوجدنا معركة قائمة في أغلب الأحيان بين الميول الغريزية والميول العاطفية وبين القوة الإدراكية التي يمكننا أن نسميها بالذكاء. ويحار الشخص في بعض الأحيان عندما يشتد هذا النزاع وتتعطل الحركة والفعل فيصاب الشخص بالتردد. يمكننا إذًا أن نعتبر التردد دليل نزاع داخلي، ويجب تجنب هذا النزاع وإلا اشتد التردد وصار نواة التصدع في تكامل الشخصية.

ولعله يكون من الخطر أن نرشد القارئ إلى الحل السهل الطبيعي الذي يضمن توازنًا نفسيًا وصحة جسمية وتكيفًا اجتماعيًا. فلو كنا في مجال دراسة الأخلاق لكنا نادينا بالتمسك الشديد بكل ما يملي به الضمير ولكنُا حرَّمنا على الشخص المعرض لنزاع داخلي تلبية أي ميل من الميول الغريزية. ولكننا في المجال النفسي نرى أن ضمان الوظائف الغريزية البيولوجية هو الخطوة الأولى التي تبعدنا عن أي اصطدام وأي ثورة قد تؤذي العقل وتتلف الأعصاب وتطلق الأفعال الشاذة. والذي ننكره أيضًا

في المجال النفسي هو الإسراف في الوظائف الغريزية البيولوجية، لأن الإسراف قد يعرض الشخص إلى نتائج أخطر من نتائج الحرمان فلا يكون الشخص ناجحًا في حياته الذهنية والعملية والاجتماعية إلا إذا عرف بذكائه كيف يضمن لوظائفه الغريزية اتجاهًا طبيعيًا يحقق الرغبات الضرورية فيقضي على كل اندفاع سواء كان فعليًا حركيًا أو نفسيًا وهميًا، لأن الذي نلاحظه بالتجربة هو أن تعطل الوظائف البيولوجية يخلق أفكارًا وهمية تكون بمثابة تعويض ولكن الشخص لا يلبث أن يتعود هذا النوع من السلوك الشاذ فتكثر الأوهام التي لا تخضع للقوانين المنطقية ويؤثر ذلك بالتالي على العمليات العقلية التي تقوم على ربط دقيق بين الأفكار.

وأما الإسراف فإنه يجعل الشخص يشعر بضعف عام واضطرابات مختلفة ويتعرض بعد ذلك إلى إفلاس في المجهود وخصوصًا في درجة النشاط النفسي وبذلك تتأثر أيضًا عمليات الإدراك فتنخفض درجة الذكاء وتظهر على الشخص علامات البله أو الضعف الشديد في الشعور ويكون الشخص في حالة سلبية لا يعرف كيف يوجه نفسه التوجيه الملائم للظروف الخارجية.

ويمكننا أن نذكر حالة تثبت الصلة الوثيقة بين الإسراف الغريزي وبين درجة الذكاء وهذه الحالة بدأت منذ السنوات الأولى من الشباب إذ أسرف شخص في مزاولة العادة السرية وكان يشعر بعد القيام بها مباشرة بنوع من الهبوط يشعره بالضعف، ولم يلبث هذا الشخص أن تزوج وأصيب باضطراب هضمي جعله معرضًا لسرعة ضربات القلب وما يصحبها من

ارتباك عام في السلوك الذهني والحركي. وتكونت لديه فكرة ثابتة هي أن الفعل الجنسي يعرضه لخطر كبير ولهذا السبب انقلب من حالة الإسراف إلى حالة الحرمان والامتناع ولكن حالة الزوجية تقضي بميول إيجابية كانت تدفع الشخص إلى اتجاه مضاد للاتجاه الذي اختاره لنفسه.

واشتد النزاع بين الاتجاهين فأحدث ذلك تضعضعًا في الشخصية وكانت النتيجة أن تفرقت القوى النفسية واضطراب النشاط الذهني وانخفض مستوى الذكاء بدرجة محسوسة وأصبح هذا الشخص ميالاً إلى الأعمال السهلة التي لا تتطلب أي مجهود ذهني وتعقدت حالته عندما أصبحت الفكرة الثابتة متسلطة تظهر واضحة في بعض الأحيان وتختفي وراء مظاهر أخرى مختلفة في كثير من الأحيان، وأصبح يشكو من ميول تنفره من زوجته وتصورها له في صور يكرهها وتجعله ينظر إلى زوجته نظرة فيها كثير من الكراهية. وزادت حالته تعقيدًا عندما عرض نفسه على محلل نفسي وذكر له ما كان يشعر به من كراهية نحو زوجته وشدة تطلعه إلى غيرها من النساء وأفتى المحلل النفسي بالطلاق على أساس أن هذا الشخص يكره زوجته وكان يرغب في الزواج بغيرها. وانقلبت الحالة من نفسية إلى حالة اجتماعية عندما ارتكب المحلل النفسي خطأ إخطار الزوجة بهذا القرار، فكان ذلك تأييدًا للفكرة الثابتة دون الوصول إلى أساسها الأول الذي أحدثها وأحدث غيرها من الأفكار الوهمية الباعثة للقلق النفسي.

وعندما درست حالة هذا الشخص على ضوء التكامل الذي يربط ين الغريزة والعاطفة والذكاء وغيرها من الوظائف النفسية تجلى لي أن العلل الأولى ترجع إلى النزاع والتطاحن والتضارب وهي التي قضت على التكامل، وجعلت النفس تتدهور، والضبط يضعف، والذكاء يقل. والأفكار الوهمية تتكاثر.

وقد أظهرت لنا دراسة هذه الحالة حقيقة نفسية هامة وهي أن الشخص السليم يتمتع بقوى قد تمكنه من القيام بوظائفه الحيوية وبذل المجهود المطلوب للنجاح في الحياة اليومية ومن يهمل هذه القوى يتعرض حتمًا لكفاح داخلي لا يلبث أن يتخذ مظهر النزاع بين الغريزة والعاطفة، ويكون العلاج الناجع بحمل الشخص على الشعور بالتعب الطبيعي الذي يأتي بعد العمل المنتج وإلا تكوّن في نفس الشخص شعور بالتعب الوهمي ويكون الصراع النفسي مبررًا لهذا الشعور بالتعب. ولهذا السبب كان الفراغ أهم مصدر من مصادر تكون العواطف المزيفة التي تقوم في نزاع حاد مع الغرائز لتعرقل سيرها وذلك لأن الإنسان في حاجة ماسة إلى استعمال قواه المعنوية وخصوصًا الذكاء لكي يشعر بوجوده مستندًا إلى النتائج الوضعية التي ينتهي إليها في عمله. فعندما وجهنا الشخص المشار إليه سابقًا إلى إنتاج فكري شهر باتجاه جدي إلى العمل والإنتاج وتلاشى النزاع شيئًا فشيئًا من نفسه دون أن يشعر الشخص بأي حاجة إلى علاج صناعي. وتشرح لنا هذه الحقيقة العلمية الحالة النفسية التي نجد عليها الكثير من الطلبة في كلية الحقوق وذلك لأن النظام الدراسي في هذه الكلية لا يتطلب من الطالب أي طاقة من الذكاء وإنما هي معلومات مروية تحفظها

الذاكرة، وكأن الطالب لا يحتاج إلى عملية الربط ليصل إلى موضوع جديد يعتبر موضوعه الخاص فليس في دراسات القانون لذة الاكتشاف لأنه لا يوجد مجال للابتكار، فتحمل الذاكرة أكثر من طاقتها ويحدث نوع من الاضطراب النفسي قد يؤدي بالطالب إلى حالة القلق، وقد تفاقمت حالة بعض الطلبة ووصلت إلى حد الخطورة بنسبة عالية.

وفي غير هذا الميدان أيضًا نجد أن كل المواقف التي تسيطر فيها وظيفة معينة يحدث نوع من الاضطراب في توازن القوى النفسية، ولهذا السبب كان من الصعب على الإنسان أن يصل إلى السعادة المطلقة التي تقتضي توازنًا كاملاً بين مختلف مظاهر النشاط النفسي. وفي إمكاننا أن نخلق توازنًا ثابتًا يضمن راحة نفسية مستمرة وما علينا إلا أن نستغل نظرية الإسقاط في علم النفس لكي نحدث تجاوبًا وانسجامًا بين الحالة الذهنية النفسية الداخلية وبين الحالة الطبيعية الخارجية؛ وهذه أيضًا إشارة إلى حالة التشاكل (Isomorphisme) التي قالت بها مدرسة الجشتالت، ولكننا لا نتجه الاتجاه المجرد الذي يحاول أن يخلق الحالات النفسية بطريقة صناعية ومن بينها الإيحاء، وإنما الطريق القويم الذي يتطلب علمًا تجريبيًا وكفاحًا يقوم على الصبر هو الطريق الذي يستخدم الوظيفة التي تؤدي إلى نتيجة مفيدة.

والعلاج الوظيفي الذي يقوم على التدرج في استخدام القوى الجسمية والنفسية يضمن لنا إصلاحًا شاملاً ليربط بين أجزاء الجسم كما أنه يحدث تداخلاً طبيعيًا بين القوى البيولوجية والنفسية ويطرد الفراغ، كما

أنه أيضًا يعوض الشخص عن بدل درجة من المجهود ليمكنه أن يكوِّن فكرة واضحة عن نفسه ويصل إلى الشعور (بالأنا) وتفيد هذه الطريقة في تربية الشعور بالثقة لتنميتها.

ويساعد ذلك أيضًا على تحويل النشاط من الناحية التلقائية الغريزية إلى الناحية الإرادية التكاملية. ونعني بـ "التكاملية" الصفة التي تربط بين القوى في داخل الكائن الحي وبينه وبين الطبيعة الخارجية والبيئة الاجتماعية. ونكون بذلك قد زودنا الكائن الحي بالسلاح الضروري لتحقيق التكيف الذي يحتاج إلى درجة عالية من الذكاء ليمكن الشخص من الوصول إلى حالة التكيف التام عن طريق يسير.

صلة الانتباه بالنزاع الداخلي

وقبل أن أتعرض للبحث النظري فيما يتعلق بصلة الانتباه بالصراع أقدم للقارئ صورة حية لنزاع داخلي شعر به علي أفندي توفيق الجزار في مرحلة انتقاله من التحليل النفسي إلى التركيب النفسي. فهو يصور لنا بدقة وصراحة استبطانية ما شعر به قبل محاولته بذل مجهود ذهني يتطلب انتباهًا. فإننا نشاهد المعركة مصورة تصويرًا حيًا بين الدوافع الفردية والجسمية والاجتماعية. ويجب أن نلاحظ الدورة النفسية البديعة بمقارنة أول القطعة بنهايتها عندما يقول:

"أتعلم أنك الآن مرموق من آخرين؟ وأنهم اعترفوا بأنك على شيء من التقدم عنهم؟ إن عصمت صرح أخيرًا بأنه متحير في أمر نفسه وأنه اعترف بأن على الجزار... إلى آخر حديث فهمت منه الثناء علي لأتحمس وأشرع في الكتابة على الصراع النفسي، وأكتب قصة كالسابقة تفيد بتصويرها الصراع الشخصي للكاتب من أن يوضع على المشرحة، ويعمل فيه المبضع العلمي من تحليلات واستنتاجات؛ أقوال سررت منها كنوع من الإطراء، سرعان ما زال هذا السرور ليحل محله عدم ارتياح، لكوني سأصبح موضع دراسة وتنشر عيوبي على الملأ لينال بها شخص

آخر شهرته بأن يحمل عليها بمحمولات علمية قاسية بما فيها من جفاف الحقيقة المؤلمة.

كنت ألهث من الانفعال وأنا أحادث نفشي قائلاً "ولما أكتب له ليظهر بمادة حية جديدة كما يدعي؟ فليستحضر مادته من أي مجنون غيري، ولكنني ذو كرامة سأحافظ عليها ولا أغتر بطريقته لاستدراجي إلى شركه الذي ينصبه لي بإطرائه ومديحه، نعم سوف لا أكتب شيئًا وسوف أفعل ما يحلو لي، إنني كنت أحادثه عن موضوع الخير في ذاته وإذا به يقرأ لي ما كتبه عن رأيه في مذهب اللذة والأبيقوريين وعندما أعترض عليه بأن هذا ليس موضوعي، يحمر انفعالاً ويجيب ضاحكًا بأن الأفكار متقاربة! هه ماذا يعنيني من ذلك جميعه لا شيء إلا أن أكون كبش الفداء."

"ثم ماذا يفعله هؤلاء العلماء "السيكولوجيون" غير أن يأخذوا من أشخاص ليقولوه لآخرين؟ إن كل ما يفعلونه هو بعض التنظيم والتزويق.

هنا يحضر في ذاكرتي أيام الامتحانات المدرسية، كنت أتحاشى مراجعة الإجابة، بل كنت أتلهف لأنتهي من الإجابة لأسرع مهرولاً خارج اللجنة، وإذا سألني أحد من زملائي الطلبة عن إجابتي كنت أتهرب بكافة الطرق بل وبصورة فيها ذعر وخوف "كأني أعانيه الآن وأنا أكتب" ورغم هذا كنت أسترق السمع عن إجابات الطلبة الآخرين ليمكنني أن أرد على من يسألني في المنزل. ومن التصرفات العجيبة في هذا الحين أنني كنت أتلعثم إذا سألني والدي ولكني عندما كنت أدخل على مربيتي حجرتها أنطلق في

الكلام معها عما أجبته في الاختبار "علمًا بأني أدرك أنها جاهلة حتى بأصول القراءة" وكانت رحمها الله تستمع إلي بعيون مفتوحة مما كان يخيل إلي أنها تفهم ما أقول، ثم تربت على كتفي قائلة "ما شاء الله، ربنا يحرسك يا بني".

ها أنذا أسرد لك واقعة تسعفني بها ذاكراتي لأعتذر أو لأبرر ما قلته سابقًا، أود أن أقول إنني نشأت في وسط مضطرب لا استقرار فيه ولا أمان إذ كنت أعاقب في وقت لا أجد فيه "في ذلك الوقت طبعًا" أحقية للعقاب، وكان يحسن في الوقت الذي كنت أحس فيه أنني أستحق العقاب، فخلط علي الأمر وأصبحت عادة الانقباض هي المتسلطة وأصبح الشك والتهيج هو دور الفعل الدفاعي ضد هذه البيئة.

ولكن مالنا وهذا الآن؟ إنني لا أجد تشبيهًا لهذه الحالة إلا بطلمبة "مضخة" ماصة كابسة عندما تدور يقفل الصمام الأعلى ويفتح الأسفل ليسحب ما في الباطن من مادة وعندما تصل المضخة إلى آخر المجهود يقفل الصمام الأسفل ويفتح الأعلى لتعلو المادة إلى المستوى المرتفع. هكذا صور لي عقلي طريقة تفكيري بعد أن راجعت ما كتبت ووجدت أن تفنيده والردود عليه ميسورة، فعجبًا لهذا الجدال المضني! ألم يكن أفضل وأوفر أن نفهم هذا من أول الأمر؟

ألا تعلم يا سيد علي أن مجرد تكليفك بالكتابة هو إقرار ضمني بأنك في درجة من الرقي أعلى مما تظن؟ لأنه من الممكن تصوير الصراع

الذي تدور رحاه داخل نفسك من ملاحظة سلوكك وربط اعترافاتك وتكون بذلك في مرتبة الحيوان أو أعلى أحسن تقدير في درجة الإنسان العاجز عن التعبير تعبيرًا إراديًا منظمًا عن ما يضطرم في وجدانه من غليان.

"شكك في الإطراء يفيد ضمنيًا أنك تود توكيده أي تود منه المزيد لأنك متعطش إليه لا شعوريًا ولأن الإحساس بالدونية الذي لم تتمكن من إزالته لعدم إنتاجك وكسلك. كسل الطفولة هذا الذي لا تود أن تتخطاه إلى مرحلة النضوج بما فيها من مخاطرة وحرية اختيار، لا لشيء إلا لتستمر في سلوكك الفج ومبالغتك في إيذاء نفسك. وتشبثك بهذه السفاسف التي يكشف عنها قولك ما يحلو لك فعله ستفعله بينما تخاف من كشف عيوبك على الملأ لأنك تود أن تكرر هذه العيوب ولا تود إصلاحها، ثم بأي منطق تتشبث بعادات تعلم أنها عيوب إلا إذا كان لديك تلذذ خفي بإيذاء نفسك ومعاقبة ذاتك. وإذا كنت لا ترغب في معاقبة ذاتك فلم كل هذا الابتآس والقهر على عيوب لم تصل إلى مرحلة الشذوذ الخطر؟ (فإنه لم يتبق إلا بعض الإسراف الجنسي، وخمول الاستيقاظ صباحًا) أضف إلى ذلك المزاج السوداوي المتسلط عليك وإذا كنت تود اعتباره من عيوبك علمًا بأنه خارج عن نطاق إرادتك، وأنك مصمم على محوه بإذن الله. فلم إذًا كل هذا الغليان؟

وعلى ذكر كبش الفداء الذي تتمشدق به ألا تذكر أنك في يوم كنت تقرأ عن قرد كان يعمل عليه تجارب التعلم عند الحيوانات الراقية فقلت "إن هذا القرد كان أعلم أهل زمانه من القردة وأكثرهم خبرة بالحياة

ثم أنه قد خلد في كتب العلم" وهنا أتركك تجاوب. وتقول أن السيكولوجيين لا يعملون إلا التنظيم والتزويق!! هل نسيت ما قاله أحد علماء الطبيعة من قانون كدت من إعجابك به أن تحفظه عن ظهر قلبك، ألم يكن نص القول "إن الإنسان في صراع دائم كي يفرض على الجزيئية غير المنتظمة، عنصرًا من الانتظام".

وبعد هذا المثل الحي للصراع النفسي الداخلي نحاول أن ندرس الأسباب والعوامل التي يمكنها أن تولد صراعًا نفسيًا. وأعتقد أن تغيرات درجات الانتباه تقوم بعمل هام في إحداث الصراع.

وقد لاحظ بيرون Pieron أن الشخص الذي يقوم بعمل ذهني في جو هادئ هدوءًا تامًا لا يلبث أن يشعر بهبوط محسوس في درجة انتباهه، بينما أن الشخص الذي يقوم بعمل مماثل في جو صاخب تغلب عليه الضوضاء يشعر بانتباهه يرتفع ونشاطه النفسي يزيد. وبناء على هذه الملاحظة المطابقة للواقع وجدنا أن الأشخاص الذين يتمتعون بهدوء داخلي يتعودون الكسل ويصابون بنوع من الهبوط بخلاف الأشخاص الذين يعانون نزاعًا داخليًا فإنهم يشعرون بارتفاع في نشاطهم النفسي وبمرونة في قوة انتباههم. وتعليل ذلك أن الشخص الذي يتمتع بالهدوء لا يشعر بأي حاجة إلى المقاومة فيتحول نشاطه النفسي إلى نشاط بيولوجي، وأما الشخص الذي يكون في كفاح ليتغلب على مشكلات قائمة فإنه يعبئ قواه النفسية تعبئة مستمرة تعوده التركيز، وتبعث في نفسه روح المقاومة التي توحي باليقظة المستمرة، وتجعل النشاط البيولوجي يتحول أولاً

بأول إلى نشاط نفسي ويُحدث ذلك عادة في ظهور النشاط النفسي وتتوفر المادة التي يستند إليها الانتباه، فحالة الهدوء التام قد تؤدي بالشخص إلى النوم أي هبوط في نشاطه النفسي بخلاف حالة التغير خصوصًا إن كان فجائيًا فإنه يحقق حالة التيقظ.

ويمكننا الآن أن نقارن هذه الحالة النفسية الداخلية بحالة السلوك الخارجي عند الشعوب. إننا نلاحظ أيضًا أن الشعوب التي تعيش في بيئات جغرافية سهلة تميل إلى الركود والخمول وتغلب عليها ميول المسالمة وصفات الوداعة بخلاف الشعوب التي تقطن مناطق جبلية صعبة فإنها تكون ميالة إلى السلوك الاندفاعي وتغلب عليها الميول الحربية وتمتاز بنشاط مستمر لأن كفاها ضد الطبيعة يمرنها على القوة والصلابة ويتحول ذلك إلى نشاط زائد في السلوك يحتاج إلى تصريف في شكل حركة مستمرة وحروب دائمة.

ولوحظ أيضًا أن تربية التيسير التام التي يتبعها بعض الآباء مع أبنائهم لشدة التعلق بهم تقضي على الحاجة لبذل أي مجهود من جانب الطفل، وتظهر عليه، نتيجة لذلك، علامات الاستسلام التام ولا يلبث أن يصاب بضعف في التركيز لأنه تعود أن يعتمد على غيره في تحقيق رغباته ويشعر وقت حاجة التركيز بحاجة المساعدة ويحاول أن يؤجل المطلوب منه ويخلق التبريرات المختلفة ليفر من بذل المجهود الضروري ويمكننا أن نعتبر هذه الحالة نتيجة خلو النفس من الصراع الضروري لخلق الدرجة الكافية من الانتباه.

ويمكننا أيضًا أن نلاحظ من طرف آخر أن زيادة الصراع عن حده سواء بكثرة الاتجاهات أو بأهمية الموضوع وخطورته وسرعة الحاجة إلى البت أو الضوضاء الخارجية الزائدة قد تعرض الشخص إلى تعب ذهني يجعل الانتباه مستحيلاً، وأغلب الإصابات التي تصيب بعض الأشخاص في انتباههم تكون ناتجة عن انتقال مفاجئ من حالة هدوء تام إلى حالة مقاومة شديدة يتقرر عليها مصير الشخص في حياته. إن أغلب الشبان الذين يتمتعون بحياة هادئة ثم يجدون أنفسهم أمام مشكلات الحياة المعقدة دون أن يكون لهم أي معول يعولون عليه فإنهم يصابون بنوع من الذهول يشبه الحيرة التي تقضي على الانتباه والتركيز؛ ويشكو الشخص فعلاً من حالة اضطراب داخلي يجعله قلقًا غير مستقر لا يعرف كيف يتجه ولا يمكنه أن يتخذ لنفسه أي قرار، ويحتاج مثل هذا الشخص إلى وقت طويل ليكيف انتباهه مع المشكلة التي فرضت عليه فجأة ويشعر في بادئ الأمر بأفكار كثيرة تمر في ذهنه وآراء مختلفة تتضارب أمام بؤرة شعوره. وهو إما أن ينجح في التغلب على المشكلة ويسلك طريقه منتصرًا في الحياة وإما يفشل ويلجأ إلى غيره ليحل مشكلاته شاعرًا بالانهزام فاقدًا كل ثقة بنفسه. وقد تتعقد حالة هذا الشخص إن وجد في مجتمع لا يقر سلوكه ويظهر ضعفه سواء بالسلوك المقارن أو بالعبارة الصريحة. وأغلب الموظفين يقومون بأعمال محدودة تضمن لهم كسبًا معينًا ولا يشعرون بالتعويل على أنفسهم للتغلب على مشكلات الكسب اليومية. فحياتهم المادية مضمونة، ولهذا السبب نجد أن حالتهم الفسيولوجية تكون في بادئ الأمر مائلة إلى الراحة التامة ولكن لا تلبث بعد مدة أن تتغير لظهور صراع بين النشاط

البيولوجي والنشاط النفسي، فأغلبهم يشعر بنفسه ناقصًا لأنهم لا يبذلون أي مجهود شخصي فأعمالهم تقريبًا كلها تنفيذ لإرادة غيرهم، وتنهي الحالة ببعضهم إلى تعود السأم أو الانشغال بأمر غيرهم وقد يصل بهم الحال إلى البحث عن عرقلة سير الآخرين بدافع الغيرة التي تكون نتيجة الشعور بالنقص. والمهم هو أن حالة الانتباه تتدهور تدهورًا واضحًا عند مثل هؤلاء الأشخاص فتصير أعمالهم آلية لا ابتكار فيها كما أن حياتهم تكون فقيرة من حيث الأعمال المفيدة التي قد تجعل الشخص يشعر بوجوده. وعندما تصادف هذه الحالة نفسًا حية تشعر بحاجة الانتباه والابتكار فإن الصراع يتفاقم كأنه وسيلة يلجأ إليها الشخص ليشعر بوجوده وينمي الملكات الذهنية التي تحتاج إلى حركة نفسية. ولهذا السبب فإن الجمعيات الإصلاحية في بعض الشعوب المتقدمة تشجع الألعاب الرياضية بين الموظفين للقضاء على الخمول والهبوط ولتحفظ لديهم القدرة على بذل درجة من المجهود فيحفظ ذلك الوظائف الأساسية ويجعل الشخص قادرًا على مقاومة الصعاب مهما كان نوعها.

ويجب أن نتذكر دائمًا قانونًا نفسيًا يثبت توازيًا بين درجة الانتباه وبين مرونة الحركة فإن الطفل الذي نعوقه عن القيام بالحركات الضرورية لا يلبث أن يقع في حالة هبوط قد تؤدي به إلى النوم العميق. ونلاحظ أيضًا أن الأطفال الذين يكونون مصابين بطيش في الحركة ونقص في مرونتها يكونون أيضًا مصابين بنوع من التأخر في الذكاء ونقص في درجة الانتباه. ولهذا السبب يمكننا أن نربط شدة الصراع وكثرة الحركة وسهولة الإدراك لأن الشخص يكون في حاجة إلى حصر الحركة في موضع معين من الجسم

ليمكنه أن يتكيف وأن يتغلب على المشكلات الخارجية فيؤدي به ذلك إلى التعود على حصر نشاطه الذهني فيصل إلى درجة هامة من الانتباه.

وعلى هذا الأساس يتبين لنا أن هناك نوعًا من التضارب في صلة الصراع الداخلي بالانتباه لأننا رأينا أن الصراع قد يكون سببًا في ظهور الانتباه وقد يكون عائقًا لظهوره فيكون الصراع مساعدًا لظهور الانتباه إن كان صراعًا طبيعيًا يستطيع الشخص معه أن يحتفظ بتوازنه الذهني ولكنه ينقلب حالة خطرة إن أحدث الصراع اضطرابًا في التكامل النفسي والترابط العصبي فالشخص الذي يكون خاليًا من كل عاطفة يكون ميالاً إلى حالة السلبية، ولا يجد في نفسه أي ميل إلى الابتكار وبذل مجهود ذهني أو جسمي بعكس الشخص الذي يكون مرتبطًا بعاطفة هادئة مع شخص يلبي هذه العاطفة بميل صريح فإنه يجد في نفسه دوافع تملي عليه أعمالاً يقوم بها عن طيب خاطر دون أن يشعر بأي تعب أو ملل وكلنا يعلم أن العاطفة الشديدة التي تزيد عن الحد الطبيعي نحو شخص لا يلبي هذه العاطفة بأي ميل أو يخفي ميله بإتقان فإنها تحدث اضطرابًا شاملاً في الكائن الحي، وتقضي على التكامل وتتلف الترابط وتجعل الشخص يقوم بأعمال غير موجهة فيسلك سلوكًا تعسفيًا دون توجيه إرادي، ويكون موجهًا بالعوامل التي يصادفها في طريقه فيعيش كأنه آلة تستجيب للمنبهات الخارجية أولاً بأول، ويمكننا أن نسمي هذا السلوك بالسلوك الاستجابي وهو عكس السلوك الإيجابي الذي يتطلب انتباهًا وإرادة يقومان على مجهود ذهني ونشاط نفسي.

صلة الصراع بالمرض النفسي

يمكننا أن نجد مثلاً واضحًا للسلوك الشاذ عند الأشخاص الذين يسرفون في مطالبهم من الحياة وتكون مطالبهم في حاجة إلى نشاط زائد يفوق كمية النشاط الموجود لديهم، فنرى هؤلاء الأشخاص يصرفون كل مجهودهم في البحث عن الوسائل التي تحقق أغراضهم البعيدة وبعد إفلاسهم فيما يختص بالنشاط النفسي فإنهم يصرفون من نشاطهم البيولوجي، ولذلك تتأثر صحتهم الجسمية وخصوصًا الوظائف الهضمية التي قد تؤدي إلى قرحة في المعدة، وبعد أن يكون الاضطراب عصبيًا فإنه ينقلب إلى اضطراب عضوي وتظهر الإصابة في المعدة، كما أنها قد تظهر في الرحم لدى المرأة وتسمى بالتليف Fibrum.

أغلب حالات الصراع التي تنقلب إلى حالات عصبية تبدأ في الغالب بشعور مستمر بصداع كلي أو جزئي، وذلك ناشئ عن النزاع الداخلي الذي يؤدي إلى حالة التعب العام ويؤثر في المراكز المخية على الخصوص كما هو الشأن في حالات التردد الكبرى. وفي مثل هذه المواقف يحتاج الشخص إلى حل حازم ينظم فيه شئونه فلا بد من رسم خطة للعمل تجعل الشخص يقوم بالمجهود المطلوب في الوقت المناسب لحل مشكلة معينة بالذات. وقد تتغلب العواطف وتحاول توجيه الشخص بعيدًا عن عمله، ولكنه يستطيع أن يتغلب إن عرف كيف يحدد أجزاء عمله بحيث يدخلها في إمكانياته وإلا شعر بخوف من العمل الكلي، ويثير هذا الخوف

في نفسه نوعًا من العجز قد ينقلب إلى شلل إرادي، ونجد الضغط في بعض الأحيان سواء كان في الميدان النفسي أو الجسمي أو الاجتماعي يجعل الكائن في حالة اضطراب حسي أو حركي أو هما معًا.

إن أغلب حالات الهستيريا التي يتكلم عنها الأطباء الفسيولوجيون، ما هي إلا حالات تعطل جزئي أو كلي في الحس أو الحركة لا يشك أحد في أن الحس والحركة مرتبطان ارتباطًا وظيفيًا بعملية الانتباه التي تجعل الشخص يسيطر سيطرة تامة على موضوع إدراكه. ويحدث الاضطراب انفصالاً بين الانتباه والحس والحركة. وهذا ما وجدناه عند بعض الجنود الذين يهابون الحرب، فتتعطل وظيفة من وظائف الإحساس مثل البصر أو اللمس وقد تتوقف حركة اليد تمامًا وتكون شبيهة بحالة الشلل الجزئي، وعلاج مثل هذه الحالات يكون بإرجاع النشاط النفسي إلى حالته الطبيعية، ويحتاج ذلك إلى تنظيم التموجات على طريق العموم، ويمكن للعالم النفسي أن يكتشف طرقًا خاصة يمكنه بها أن يرجع الحركة الطبيعية والإحساس الضروري، ليعيد الوظيفة إلى مجراها الأصلي.

ومن الصعب تحديد العلاج في الحالات النفسية مهما كانت الاضطرابات متشابهة من شخص إلى آخر وذلك لأن المرض النفسي يتخذ صورة شخصية الفرد ويتطور في اتجاه معين يصعب علينا اكتشاف مظهره الحقيقي من أول وهلة فلا بد من معاشرة المريض مدة من الزمن تكفي للوصول إلى الخصائص الفردية التي تتحكم في سير المرض.

يتكون الانتباه عند كل شخص بطريقة خاصة ويصل إلى مستوى معين يعتبره المستوى الأعلى. فعندما يحدث النزاع الداخلي فإنه يؤثر على درجة الانتباه الأصلية لدى الشخص، وهبوط الانتباه يجعله يشعر بالضعف فيكون من الخطأ أن تقيس حالة شخص على أي حالة أخرى عرفناها فلا بد من محاولة الوصول إلى درجة انتباه الشخص قبل المرض. ويعرف ذلك بدراسة سلوكه السابق والوقوف على نوع إنتاجه فيما كان يسميه حالة طبيعية.

ودراستنا التطبيقية لبعض الحالات أثبتت أن علاج الأفراد في سن الشباب أسهل بكثير من علاج الأشخاص الذين تقدموا في السن. وذلك راجع إلى تحكمنا في درجة الانتباه التي تسهل في مقتبل العمر وتصعب بعدما يستقر الشخص على حالة نفسية معينة.

وصلة النزاع الداخلي بدرجة الانتباه تحدد اختصاص العلاج النفسي وتخرج من نطاق الدراسات التشريحية لتدخله في نطاق فسيولوجية السلوك الخارجي ونطاق الأبحاث النفسية. فرغم كل اهتمامي بإرجاع أغلب المشكلات النفسية إلى بعض العوامل البيولوجية فإنني لا أنكر أن مبدأ الاضطراب الأصلي هو النزاع النفسي الداخلي الذي يقضي على درجة الانتباه ويجعل الشخص يشعر بالهبوط النفسي والجسمي. ويكون الشعور بالهبوط هو أول سبب لتدهور النشاط العصبي الذي يتبعه دائمًا تدهور في النشاط العضوي أي أن الاضطراب النفسي يحدث اضطرابًا عصبيًا يؤثر في سير الوظائف العضوية.

إذا كان الشخص يعيش في وسط يسوده الخلاف بين أفراد يعزهم بدرجة واحدة مثل الأبوين فإنه لا يلبث أن يشعر بنزاع داخلي يكون بمثابة انعكاس للنزاع الخارجي. ويعتبر الانتباه مقياسًا لحالة التكامل والانسجام في الجسم. وكذلك يمكننا أن نقول عن صلة الاضطراب الجسمي بالانتباه إذ أن الضعف الجسمي العام يحدث ضعفًا نفسيًا يظهر في هبوط درجة الانتباه فيكون الشخص معرضًا للتشتت الداخلي ونراه يميل إلى التردد في أفعاله وفي أفكاره ونكون في حاجة دائمة إلى العناية بالانتباه بعد خروج الشخص من مرض جسمي لأن الاضطراب البيولوجي يمس من قريب الحالة النفسية، فإن لم نعتن بها في أثناء المرض وفي فترة النقاهة فإن الاضطراب بالنفسي يبدأ منذ تلك اللحظة ليتطور تطورًا واضحًا ويؤدي إلى تعقد يصعب علينا بعد ذلك حله وهذه حالة أغلب الأشخاص الذين أصيبوا بمرض التيفود الذي يضعف تكامل الجهاز العصبي ويهبط بدرجة محسوسة مستوى الانتباه الذي يكون مصدرًا للضعف النفسي فتتلاشى الإرادة ويميل الشخص إلى الانطواء والحياة السلبية ويفقد القدرة على المقاومة ويتعرض إلى الاضطرابات المختلفة مثل الشعور بالنقص والخجل المرضي وضعف الذاكرة وغير ذلك من القدرات النفسية التي تجعله عرضة لكفاح داخلي بين حالته السابقة وحالته الراهنة ويزيد النزاع شدة بما يطمع فيه الشخص من الوصول إلى مستويات من النشاط يلاحظها لدى غيره من الأشخاص الذي يعيشون حوله.

في مثل هذه الحالات لا بد من العناية التامة بالحالة الجسمية كأساس طبيعي لظهور النشاط النفسي السوي، ولا يعني هذا أننا ندخل

الحالات النفسية كلها في الحالات الجسمية، ولكن الطبيعة تثبت أن النشاط النفسي الكامل يتطلب حالة جسمية طبيعية. فبعد تحقيق هذا الشرط الأساسي يجب أن ندرس الحالة الاجتماعية التي يعيش فيها الشخص، فإن كان هناك نزاع بين أشخاص يتصل بهم المريض اتصالاً روحيًا بعاطفة قوية فإنه يكون من المستحيل تحقيق الراحة النفسية التي تضمن نشاطًا نفسيًا منتجًا لأن النزاع الخارجي ينعكس دائمًا في النفس بطريقة لا شعورية أولاً ليستمر بعد ذلك في حالة لا شعورية.

فكأنه يحدث انقسامًا في عاطفة الشخص يؤدي إلى توزيع النشاط النفسي وانقسامًا في الشخصية فيحدث ضعف نفسي يجعل الشخص عرضة لظهور الاتجاهات الغريزية المختلفة، ونلاحظ أن الحياة اليومية التي نحياها تعرض أغلبنا إلى توزيع عاطفته بين أشخاص عديدين ويحاول كل شخص من الأشخاص الذين نحبهم ونوجه عاطفتنا نحوهم أن يستأثر بعطفنا ويحدث نوع من النزاع يحتم علينا العناية بتوزيع اهتمامنا بين هؤلاء الأشخاص لأن الاهتمام هو المقياس الذي يدل على عطفنا. وهكذا نرى أن للحياة الاجتماعية وسياسة توزيع العطف متصلة اتصالاً مباشرًا بحالتي الانتباه والاهتمام ولذلك يجب أن نوجه عناية كبرى لحالة الشخص الاجتماعية إن أردنا أن نقضي على أساس الاضطرابات النفسية التي تولد نزاعًا داخليًا قد يقضي على توازن النشاط النفسي، ويعرض الانتباه إلى الاضطراب والضعف.

آثار العاطفة

نجد أغلب الناس يحرم نفسه من أشياء كثيرة في الحياة بتأثير دوافع لا نتبينها في أول الأمر. هناك أشخاص يتجهون اتجاهًا خاصًا في حياتهم ويمتنعون عن أعمال يقوم بها الجمهور من الناس ولو سألتهم عن السبب الذي يحملهم على سلوكهم المعين لقالوا إنهم يرغبون في ذلك بإرادتهم الخاصة. ولكن البحث على أساس تحليل نفسي يثبت أن الشخص موجه بعاطفة تجعله يشارك شخصًا آخر في أعماله أو يشترك معه في عدم القيام بأعمال معينة. وهنا يدخل أثر المشاركة الوجدانية وتظهر قوته في التأثير على السلوك.

يمكننا أن نذكر مثالاً محسوسًا لأثر العاطفة على الوظيفة الجسمية في حالة سيدة شكت شكوى متكررة في عدة سنوات من فقدان حساسيتها بالوظيفة الجنسية. واتجهت أول الأمر إلى الأطباء الجسميين تستشيرهم في سر سكوت الرغبة الجنسية عندها بالرغم من أن سنها كان يسمح لها بالتمتع الجنسي. وضايق موقفها الزوج الذي ظن بزوجته الظنون واتجه ذهنه إلى الخيانة أو الكره نحوه. وكادت هذه الحالة النفسية تنقلب إلى حالة اجتماعية وتقضي على حياة أسرة كانت تعيش في سعادة ووئام. وزاد

خوف الزوج من أن يكون السبب هو كره زوجته له عندما سمع كلام الأطباء ينكرون وجود أي سبب يمكنه أن يعوق الوظيفة الجنسية.

ولكن التحليل النفسي أثبت أن الحساسية الجنسية يمكنها أن تكون متصلة بمشكلة هامة كانت تشغل ذهن الزوجة بصفتها أمًا لفتاة أدركت سن الزواج. وبما أن التعلق كان شديدًا لكون الفتاة وحيدة أبويها فإن الأم كانت تسرف في تدليلها وتفضلها في كل شيء عن نفسها. واعترفت الأم مرارًا أنها تحرم نفسها من أغلب الأشياء لتحقق راحة ابنتها. وتبين في آخر الأمر أن عطف الأم على بنتها جعلها تشعر أن بنتها محرومة من اللذة الجنسية التي كانت الأم تنفرد بها. وبما أن الأم لم يكن في وسعها أن تحقق هذه اللذة لأعز الناس لديها وهي ابنتها فإنها لا شعوريًا حرمت نفسها منها لتتساوى معها. ويؤيد هذا التأويل ما لاحظناه في أيام الحرب العالمية الثانية من أن بعض الأمهات اللاتي كان لهن أولاد في المعتقلات وعلمن أنهم كانوا يجوعون كن يمتنعن عن تناول الطعام ولا يشعرن بأي ميل للأكل رغم إلحاح المعارف والجيران.

وتعتبر هذه الحالة أعقد مشكلات علم النفس لأننا لا نستطيع أن نحدث أي تغيير للعاطفة، كما أننا لا نستطيع أن نرغم الأم على اتخاذ موقف طبيعي بالنسبة للوظائف الحيوية.

وهنا نتعرض لأصعب مشكلة في الحياة وهي الاضطرابات الشديدة التي يتعرض الإنسان لها من جراء العاطفة. إننا نلاحظ كل يوم أن

الانفصال بين شخصين يتحابان حبًا قويًا يحدث آلامًا نفسية شديدة وقد تنقلب هذه الآلام إلى اضطرابات جسيمة تبدأ أولاً في شكل اضطرابات هضمية لتتطور إلى أمراض مختلفة تصيب الأعضاء الضعيفة من الجسم.

وكل منا شاهد حالة أم فارقها ابنها بالموت أو الإبعاد، وشاهد الحركات العنيفة والأصوات الحزينة المعبرة عن أعمق الآلام، كما لو كان السبب جسميًا. وأغلب الاضطرابات العصبية تنشأ عن الصدمات التي تتعرض لها الأمهات فيما يختص بعاطفتهم نحو أولادهم. وكذلك يحدث في كل ما يتعلق بالروابط العاطفية الشديدة، وعند حالة الانفصال بالسفر أو الموت.

ورغم صعوبة الآلام النفسية وما يتفرع عنها من آلام جسمية، فإننا لم نول الاهتمام الكافي لهذه الحالات، في حين أن سائر الآلام الجزئية العضوية وجدت المختصين لتخفيفها والقضاء عليها. فما هي النسبة بين آلام أم فقدت ابنًا لها من آلام عضو من أعضاء الجسم. فالشخص الذي يؤلمه ضرسه في إمكانه أن يجد عشرات الأطباء لتخفيف آلامه. ولكن المصاب بصدمة في عاطفته يعاني آلامًا شديدة وحده دون أن يجد مساعدًا إلا من الأصدقاء الذين يسلكون حسب خبرتهم الخاصة دون أن يكون لهم إلمام بالموضوع وكثيرًا ما يسيئون التصرف ويؤذون الشخص بدلاً من أن يساعدوه.

ولهذا السبب أرى أنه من الواجب تحقيق مشروع هام وهو إنشاء غرفة مزدوجة بأجهزة إيقاعية صوتية وبصرية وتوازنية لإرجاع حالة الشخص المصاب بصدمة نفسية إلى حالته الطبيعية. وذلك لأننا نلاحظ أن كل انفعال وكل صدمة تحدث اضطرابًا شديدًا في الدورة الدموية فتظهر ذلك في اضطراب ضربات القلب والتنفس. ومن هنا يبدأ التأثير على الأعصاب والخلايا المخية التي تتحكم في كل أجزاء الجسم. وكلما يتذكر الشخص سبب الصدمة فإن مفعولها يتجدد وتحدث الاضطرابات. وفي مثل هذه الحالات يكون الإقناع المنطقي غير مفيد ولا يترك أي أثر يذكر بل قد يحدث أثرًا مناقضًا للغرض المطلوب.

وليس لنا إلا أثر الإيقاع الخارجي الذي يؤثر في الجهاز العصبي عن طريق الإحساس والإدراك. وحاول الطب أن يصل إلى التأثير على الجهاز العصبي بواسطة المواد الكيميائية التي تصب في الدم أو بالحقن المتصلة بالعصب مباشرة. ولكننا في كل هذه الحالات نبدأ بتأثير جزئي يتطلب وقتًا ليصل إلى المراكز. وفي أثناء هذا الوقت وفي الطريق إلى المراكز فإنه يفقد قوته بتكييف الجسم السريع. ولهذا السبب حاولوا أن يستعملوا الشحنات الكهربائية للتأثير على المراكز مباشرة. ولكن الصدمات الكهربائية لخطورتها لا تعطى إلا في الحالات الميئوس من علاجها النفسي، فهي الوسيلة الأخيرة في الحالات المستعصية. وأما طريقة التأثير بالإيقاع الخارجي فإنها تحدث أثرًا محسوسًا في إيقاع التموجات المخية. وقد جاء بحث Jean Delay "التموجات المخية وعلم النفس" مؤيدًا للطريقة التي اهتديت إليها صدفة منذ سنة ١٩٤٢ للتأثير في الاضطرابات النفسية.

وقد كان أستاذي الدكتور يوسف مراد مع تأييده لها ينظر إلى الإسراف فيها بشيء من الحيطة والتحفظ وقد قال لي يومًا أرى أنك تستعمل الإيقاع مفتاحًا يفتح كل الأبواب. وأثرت في هذه الكلمة وأوقفت الكثير من المحاولات في علاج الصرع النفسي الذي فشلت في مقاومته كل المحاولات الفسيولوجية.

ولكن بحث دولي Delay أيد وجود إيقاع في تموجات ألفا المخية وأثبت أن هذه التموجات تظهر في أثناء الراحة والاسترخاء وأنها تختفي عند وجود منبهات حسية وخصوًا المنبهات البصرية، وكذلك في حالات الانفعال وصرف النشاط.

لهذا أرى أنه من الممكن إحداث تأثير في التموجات المخية بتعريض الشخص المصاب بصدمة عاطفية أو غيرها إلى إدراكات حسية ترجع إلى الجهاز العصبي هدوءه. وقد لاحظنا أن الإيقاع الذي ينزل تدريجيًا قد يؤدي إلى حالة النوم ولنا مثل واضح في أثر الإيقاع على الطفل. فإن الأم تستطيع أن تنوّم ابنها بواسطة الإيقاع اللمسي أو الصوتي أو التوازني بالمهد. بناء على هذه الملاحظات أرى أنه في إمكاننا أن نجمع في غرفة واحدة أجهزة تصدر أنواعًا من الإيقاع المتوافقة لإحداث تغيير في الحالة العامة عند شخص تعرض لاضطرابات مختلفة في نواحي النشاط المتعددة. ويكون هذا التأثير سواء للوقاية أثناء الصدمة أو للعلاج من آثاره بعد حدوث الاضطرابات وظهور أنواعها.

وكل أملي في الحياة أن أصل إلى تحقيق هذه الرغبة التي ترمي إلى تخفيف الآلام النفسية ووقف آثارها حتى لا تتعدى الناحية الجسمية وتولد الأمراض المعقدة مثل الصرع وغيره من الأمراض العصبية والعقلية. وأرجو إن لم أوفق أن تجد هذه الفكرة من يحاول تحقيقها ولو بعد عشرات السنين.

وغايتي من هذا البحث، أن يتذكر الأطباء والمهتمون بالشئون الإنسانية أن السعادة البشرية متوقفة على التوازن بين الناحية النفسية والناحية الجسمية وقد رمزت للوظائف النفسية بالعاطفة وأطلقت على الميول الجسمية كلمة الغريزة بقطع النظر عن الموقف العلمي الحديث من الغريزة كحقيقة أو كوهم.

تمثل العاطفة الاتجاهات التي تحاول أن تربط الشخص بالمجتمع لتضمن سلامة الجسم وتحقق لذات العقل. ومهما حاولنا أن نحدد الكلمات وأن نجد فوارق واضحة فإننا نشاهد أنفسنا ندور في دائرة مقفلة، وذلك لأن الإنسان وحدة في حياته الطبيعية. فيجب أن نضمن التكامل الجسمي ووحدة الجهاز العصبي لنضمن انسجامًا في الوظائف فتكون الميول النفسية تكملة للوظائف الجسمية ومحققة للتكيف الاجتماعي.

والغاية البعيدة التي يجب أن نرمي إليها هي أن نحيط الكائن بالعناية الكافية لتضمن وحدته التي تمكنه من توليد طاقة النشاط النفسي في صورة انتباه وهو أساس كل تفكير كما أنه أساس الفعل الإرادي. ونعتبر أنفسنا فشلنا في دراستنا النفسية إن لم نصل إلى تحقيق هذه الغاية البعيدة

التي تحقق استقلال الفرد وقدرته على الابتكار والتغلب على مشكلات الحياة ومصاعب الطبيعة.

وآمل أن أكون قد عرضت أهم المشكلات التي قد تنتج عن تنزع النشاط الإنساني لنعلم أن هذه المشكلات راجعة لأسباب معروفة وأنه في إمكاننا أن نتفاداها بتفادي أسبابها أو نحاول أن نقضي على آثارها في الجسم لنقوي الوظائف النفسية عامة، والانتباه خاصة.

وأعتقد أنه آن لعلم النفس أن يقتحم الموضوعات التطبيقية بعدما قضى مدة كافية في ميدان البحث المجرد، ورجاؤنا أن نوالي تلخيص الاتجاهات العملية على ضوء الملاحظة المباشرة والمحاولات التطبيقية سواء كان ذلك في ميدان التوجيه في الحياة أو العلاج النفسي.

الخوف من الموت

إن أكبر مشكلة تلازم الإنسان منذ بدأ الإدراك إلى الشيخوخة هي الخوف من الموت. نلاحظ السعادة المطلقة عند الأطفال الذين لا يعرفون شيئًا عن الموت سواء فيما يختص بهم أو ما يختص بغيرهم. ويكون من السهل علينا إقناع طفل مات أبوه بقولنا إن أباه سافر ولا يلبث الطفل أن يقتنع ويتعود غياب من كان يلاعبه ويداعبه يوميًا.

وأغلب الناس تتاح لهم فرصة مشاهدة شخص يتوفى في العائلة أو يشعرون بآلام أهلهم عندما يفارقهم قريب عزيز عليهم. ويمكننا أن نعتبر الخوف من الموت ناتجًا عن تمسكنا بالحياة وعن الإيحاء الاجتماعي. إننا نتوهم آلامًا عند الموت ولكننا لم نقف على تعبير واضح لشعور شخص وهو يفارق الحياة. إن الخوف يستولي على كل إنسان عندما يبدأ يفقد الشعور في حالة غير نوم، وكثيرًا ما يشعر الإنسان بنوع من الانتصار عندما يوقع نفسه في حالة استرخاء مع فقد الشعور بالضبط وبقاء الشعور بالوجود. ودفع ذلك الكثير من الصوفية إلى البحث عن هذه اللذة بالحرمان والرياضة والإقبال على تحمل آلام الجوع.

ولو تأملنا الدوافع التي تحرك النشاط الإنساني كفرد أو كعضو في مجتمع لوجدنا لمقاومة الموت دخلاً كبيرًا في كل اتجاهاته. ويمكننا أن نتتبع مراحل صراع نفسي عنيف في داخل كل فرد، وقد يكون هذا الصراع شعوريًا عند وجود منبه، وقد يكون لا شعوريًا عندما يبتعد الفرد عن مشاهدة شخص يموت.

ونشاهد فرقًا شاسعًا في موقف الناس من الموت حسب السن وحسب الحالة الاجتماعية للبيئة التي يعيش فيها. إن الشعور الديني الذي يعتبر أكبر سلاح ضد الموت يكون وليد البيئة الصغيرة لأن الاتصال والتعارف يجعل أعضاء القرية أو المدينة الصغيرة يشعرون بأثر الموت عند وفاة أي فرد أو وفاة أي شخص في القرية تحدث تنبيهًا وتذكيرًا بالموت ويوجه ذلك سلوك الفرد إلى نوع من الخضوع لهذا الخطر الذي يهدد كل أعمالنا. وأغلب حالات الصراع النفسي تكون قائمة على تردد بين الإقبال على الحياة أو الإحجام. ويؤدي الإحجام إلى نوع من السلبية في الأفكار والأفعال. وقد ظهرت في أيام الحرب العالمية الثانية حالات غريبة من السلبية.

فقد امتنع شخص عن أي عمل ثم امتنع عن الخروج من منزله بدعوى أنه في الإمكان أن يتعرض لخطر الموت في أي لحظة بسبب حادث اصطدام. وكان داخل المنزل يتنقل من مكان إلى آخر بفكرة الخوف من سقوط قنبلة على المكان الذي يكون فيه. وكان من العبث إقناعه بضعف تفكيره وأن ما يتوقعه وهم.

ظهرت في هذه الحالة ميول المحافظة على الحياة بقوة عنيفة تقضي على كل اتزان فكري وحركي وتجعل الشخص يشعر بالتهديد المستمر ويؤدي به ذلك إلى عدم الاستقرار ويكون الخوف من الموت الكامن في كل نفس موجهًا الفكر والنشاط النفسي إلى الفرار السلبي والإيجابي، وينتج عن ذلك نوع من الشلل الإرادي.

وحاولت الأديان أن تحل هذه الأزمة النفسية وتقضي على الصراع الناتج عنها بتوجيه الذهن إلى ما بعد الموت من حياة أبدية فيها النعيم لمن عمل وأنتج وفيها الشقاء لمن أهمل وأتلف. وحاولت بعض الأديان أن تستعين بالفن لتخفف الصراع النفسي لأن الإنتاج الفني قابل للخلود، وببقاءه يشعر الشخص أنه تغلب على الفناء واتصل بالأجيال اللاحقة. وتسطير على أغلب الفنانين الميول المتناقضة إما حياة غريزية "بوهيمية" وإما حياة عاطفية مجردة من كل شائبة جسمية. وقبل أن يصل الفنان إلى اتجاه معين فإنه يعاني صراعًا نفسيًا مؤلمًا بين المحافظة على الحياة أو القضاء عليها والتهاون في العناية بها.

ويوجد أشخاص تكون أجسامهم سليمة ونشاطهم النفسي متزنًا ويشعرون بخطر يهدد حياتهم فإنهم يتخلصون من النزاع بالميل إلى الإنتاج مع التسليم بالأمر الواقع. ويحتاج هذا الموقف إلى تمرين سابق في الحياة يولد لدى الشخص قدرة على الخضوع بعد التأكد من عدم الفائدة في المقاومة. فبدلاً من ضياع الوقت في الحزن والتفكير فيما سيترتب على الحادث يتجه الشخص إلى الإفادة من الوقت ليحقق ما يمكنه تحقيقه من

رغبات ولذات. وكثيراً ما يؤدي الخضوع للأمر الواقع والتسليم بانتظار الموت إلى القضاء على الخوف من الموت. ويساعد هذا الموت على استغلال المدة الباقية من الحياة.

وقد تكونت مذاهب فلسفية تقاوم الخوف من الموت وتحاول أن تجعل المقاومة تحل محل الخوف. واشتهر مذهب الرواقيين باتجاهه نحو المقاومة والصبر والاستعداد لمواجهة الموت. واعتقد مؤسسو هذا المذهب أن أحسن وسيلة للقضاء على الخوف من الموت هو تذكر الموت في كل لحظة من لحظات الحياة فكان أغلبهم يضع أمامه في أغلب أوقات يومه جمجمة إنسان ميت تذكره بالموت وتصور له مصيره.

واختار مذهب فلسفي آخر اللذة والإقبال عليها إلى حد الإسراف منها كوسيلة للتغلب على الصراع النفسي الناشئ من أثر الخوف من الموت. واشتهر أبيقور بهذا الاتجاه الذي يقدم سياسة التمتع بالحياة إلى أقصى حد على سياسة السلبية والاستعداد لتحمل الآلام كتمرين لتحمل الموت.

وقد ظهر حديثًا مذهب الأبيقوريين وهو مذهب يدعو إلى استغلال الوجود والقيام بكل ما يجعل الإنسان يتمتع بكل لحظات وجوده. وقد أعطى مذهب الوجودية L'Existentialisme أهمية كبرى للميول الفردية وحاول أن يجد الوسائل الممكنة لتلبية رغباتها بقطع النظر عن آثارها الاجتماعية لأن مذهب الوجودية حاول أن يحارب الضغط

الاجتماعي الذي زاد عن حده بعد التقلبات السياسية والثورات الحزبية التي حرمت الناس من حاجة الاستقرار.

ويعتبر السلوك الوجودي ثورة ورد فعل أدى إلى تطرف في الانطلاق وحدثت اصطدامات اجتماعية بناء على الانهيار الخلقي وكان الانطلاق عامًا إذ وصل إلى الفروض وواجب العمل والإنتاج، ولذلك يعتبر المذهب الوجودي في الحياة العملية خطرًا اجتماعيًا ونفسيًا، ويمكننا أن نعتبره نتيجة خوف من الموت، وتشبث قوي بالذات، استعدادًا لمواجهة فقد الوجود.

والواقع أن مشكلة الموت من المشكلات التي تؤثر تأثيرًا مباشرًا في السلوك الإنساني فإن الخوف من المرض أو من الفقر كلها مراحل تعتبر مقدمة للخوف من الموت. فإن الخوف من الأخطار المفاجئة التي يمكنها أن تنتج في أثناء تعلم عادات جديدة هو عبارة عن دافع حب الذات والمحافظة على الحياة وقد حاولت بعض الأمم المدافعة عن كيانها القومي مثل النازية أن تظهر أولاً نفوس الشباب من الخوف من الموت واستطاعت بذلك أن تجد فيهم كل الاستعدادات لمواجهة الأخطار التي يمكنها أن تهدد الحياة فأغلب الشبان الذين تخلصوا من الخوف من الموت أقبلوا على تعلم الطيران واستطاعوا أن يصلوا إلى البراعة الفائقة لأنهم فرضوا أنفسهم مائتين فقضوا بذلك على التردد الذي يقضي على اكتساب أي عادة جديدة. فإننا نلاحظ عند أغلب الأشخاص اضطرابًا عامًا في الحركات

المختلفة عندما يختل توازن الشخص اختلالاً بسيطًا كأن هذا الشخص أصبح مهددًا في حياته وبذلك تظهر انعكاسات عديدة ومتناقضة.

وكذلك فيما يختص بكفاح الشبان في الحياة فإن أغلبهم يبحث عن الكسب المضمون الذي يبعده عن خطر الحاجة، وترى هؤلاء يتجهون اتجاهًا واحدًا وهو التعويل على الهيئات الحكومية وما يشابهها من شركات فيقضون بذلك على عنصر الحيوية الذي يظهر في سن الشباب ويتعلمون التواكل، فيكون سلاحهم محصورًا في الطلب والرجاء ويظلون تابعين لغيرهم لا يفكرون في الوصول إلى أن يكونوا متبوعين موجهين لغيرهم.

وأغلب الأشخاص الذين وصلوا إلى القمة في المستوى الاقتصادي أو العلمي أو غيره من أنواع النشاط الإنساني هم الأشخاص الذين خاطروا بحياتهم واستعدوا لمواجهة أقصى ما يمكن أن يصيب الإنسان وهو الموت. فإن هذا الاستعداد لمواجهة الخطر الأقصى يقضي على كل صراع نفسي ويحرر الشخص من كل القيود الاجتماعية التي تعتبر عوائق وهمية قد تعوق الإنسان عن الوصول إلى هدفه مستخدمًا قواه الخاصة، ونستغرب في بعض الأحيان إذ نجد أشخاصًا وصلوا إلى إنتاج كبير دون أن يكون لهم ذكاء خارق. فبتحليلنا العلمي لمثل هذه الحالات وجدنا الدافع الأساسي الذي يدفعهم في إعمالهم هو عدم الخوف من الموت الذي حرر نفوسهم من كل صراع داخلي، وامتياز هؤلاء الأشخاص بالمخاطرة على أساس استعدادهم لمواجهة الموت في أي لحظة من لحظات حياتهم.

وبناء على هذا يمكننا أن نعتبر الخوف من الموت، وهو شعور واقعي كامن في كل نفس، أخطر مرض نفسي منتشر بين الناس وخطورته تتفاوت من شخص إلى آخر حسب تذكر كل منهما للحرب. وقد أثرت الحرب الأخيرة تأثيرًا مزدوجًا متناقضًا فيما يختص بالشعور بالموت فإن كثرة الموت قد تجعل الأشخاص الذين يتعودونه يحتقرون فكرة الموت ويستعدون له بخضوع يسهّل عليه قبوله كمصير محتوم للأغلبية الكبرى، كما أن الحرب الأخيرة جعلت بعض الأشخاص الذين عاشوا بأعجوبة بعد أخطار قضت على الأغلبية الساحقة يشعرون بتهديد الموت في كل لحظة من لحظات حياتهم. وكبر هذا الخوف في أنفسهم وعاقهم عن كل عمل إيجابي وأصيبوا بنوع من السلبية في الأفعال الفكرية والحركية، وصعب على رجال علم النفس أن يرجعوا إلى هؤلاء توازنهم الطبيعي، فأصبح نشاطهم محصورًا في نطاق ضيق من تلبية بعض الميول الجسمية إلى أن انقلب سلوكهم إلى سلوك حيواني. ويشتد في بعض الأحيان الصراع النفسي عند هؤلاء بشكل واضح فيما يختص بالنزاع بين الحياة والموت وتظهر لديهم عواطف انفعالية تجعلهم في أغلب الأحيان يقومون بأفعال عنيفة، ولكننا نشاهد عند معظمهم سلوك المسايرة والخضوع فيكون تفكيرهم ضيقًا وتكون أفعالهم محدودة المجهود فمجالهم الحيوي يتأثر تأثيرًا واضحًا بخوفهم المستمر من الموت.

ويمكننا أن نعتبر الخوف من الموت فكرة ثابتة قد تكون شعورية أو لا شعورية، ونعلم كلنا الصعوبات التي نواجهها في مطاردة الأفكار الثابتة

بكل أنواعها، إذ تعتبر هذه المشكلة في علم النفس العائق الأكبر الذي يعوق كل تغير حاسم في نفسية الشخص.

والتحليل النفسي في مثل هذه الحالات لا يأتي إلا بالنتيجة المرضية لأننا نجد أنفسنا أمام مشكلة اعتياد عادة نفسية رسخت في سلوك الشخص الشعوري واللاشعوري. إن الخوف من الموت ينقلب خوفًا من كل شيء ويميل الشخص إلى التردد في كل فعل ويمتنع في أغلب الأحيان عن بذل أي مجهود ويصعب عليه بدء أي فعل جديد، فالخوف عدو الابتكار وبذلك يكون الشخص تابعًا لغيره لا يمكنه أن يبدأ مشروعًا يتحمل أعباءه وحده. والقدرة على الابتكار سلوك راق يعتبر مقياسًا للحالة النفسية الطبيعية التي كان يجب أن تكون موجودة لدى الأغلبية من الناس ولكننا في الواقع ومع الأسف نشاهد أن عملية الابتكار والمخاطرة بالسير في طريق جديدة من طرق الحياة لا يوجد إلا لدى الأقلية الضئيلة من الناس.

وقد يتساءل القارئ عن العمل الحاسم الذي يمكننا أن نقوم به لنقضي على هذا الضعف عند الإنسان فأقول إن التغيير يحتاج إلى تربية نفسية طويلة لأن الداء الكامن نتيجة إهمال أجيال متتالية ويمكن للإنسان في أي لحظة من لحظات حياته أن يوحي إلى نفسه بقوة بعد الخوف من الموت وما عليه إلا أن يتصور أن هذه النهاية التي يخشاها قد تحدث صدفة في مرحلة من مراحل حياته ولكنها النهاية المحتومة التي لم يستطع الطب التغلب عليها. وفي مثل هذه الحال يمكننا أن نقول بالمثل الشائع "وداوني

بالتي كانت هي الداء" أي أن الخوف من الموت الذي يضعف الإرادة والشخصية قد يصل بالشخص في حالة اليأس إلى عدم الخوف من الموت فيتغلب سلوك المغامرة بعدما كان محصورًا في قيود الاحتياط ولكن هذا التغيير يحتاج إلى عمل منظم يدفع الشخص الضعيف بإيحاء تدريجي إلى الأعمال الإيجابية، ويستحسن أن يكون الإيحاء غير مباشر فنؤثر على الشخص الضعيف بذكر الأمثلة العديدة لأشخاص خاطروا بحياتهم وانتهت مخاطرتهم بفوز كبير.

الانفعال المكبوت

في أغلب مواقف التحليل النفسي عندما نلجأ إلى تداعي المعاني ونطلب من المحلَّل أن يجيب بطريقة تلقائية عند ذكرنا كلمات معينة فإنه يحدث نوع من التوقف عند ذكرنا كلمات معينة فإنه يحدث نوع من التوقف عندما نذكر كلمة حقد. وفي أكثر هذه الحالات يكون الداء النفسي القائم على صراع داخلي ناتجًا عن انفعال مكبوت.

ونذكر كمثل حي لمثل حالات الانفعال المكبوت قصة شاب مزود بثقافة جامعية جاء يشكو من شعور بالنقص وزيادة في الخجل وتردد في الأعمال مع ضعف في الانتباه؛ وتعقدت حالة هذا الشاب برغبته الملحة في الابتعاد عن مسكن والديه فاتجه إلى أعمال خارج القطر. ومن الظواهر الهامة في سلوك هذا الشاب أنه لا يستطيع تنفيذ أمر يأمره به شخص وزيادة على هذه الأعراض مجتمعة فإنه تحت ضغط قلق في اليقظة واضطراب في النوم قدم نفسه إلى التحليل النفسي.

صرح هذا الشاب مرة لمحلله أنه يكره الموسيقى الكلاسيك لأنه يكره كل قديم وذلك ارجع إلى كرهه لأيام الطفولة؛ وشعر الشاب بآلام شديدة عندما حاول في أول الأمر تذكر حوادث طفولته واتجه ذهنه إلى

بعض الحوادث الأخلاقية التي لم يكن لها الأهمية الخطيرة التي كانت للأسباب الأساسية التي أحدثت الصراع النفسي الدائم في شكل تعقد وتعطل في الوظائف النفسية.

ويجب أن نلاحظ من الآن أن هذا الشاب كان مثاليًا، مسرفًا في المثالية يعطي للناحية العاطفية الدور الرئيسي في كل اتصالاته النسائية. وأظهر نوعًا من التحول في الرغبة الجنسية واتجه اتجاهًا شاذًا في شكل العادة السرية التي زادت النشاط النفسي هبوطًا.

وأغرب ظاهرة في هذه الحالة هو نسيان كلي لكل ما يتعلق بالطفولة قبل السنة السابعة من عمر الشخص، ورغم كل محاولات التذكير من الأهل والأقارب فإن الشاب لم يستطع أن يسترجع أي صورة من صور الطفولة. ووصل به النسيان إلى عدم القدرة على تصور المواقف الأولى لتعلم القراءة والكتابة.

وقد يحق لنا أن نشك في الحالة النفسية وقت الطفولة وفي سلامة الذاكرة والانتباه في السنوات السابقة للسابعة. ولكن شهادة الأهل جاءت لتنفي هذا الشك ولتثبت أن هذا الشاب كان سليمًا في طفولته وكان متفوقًا في المدرسة بسرعة تحصيله وحسن تكيّفه لدرجة أن المدرسة اختارته رئيسًا لإنشاد نشيد الترحاب في حفلة كبرى أقامتها المدرسة. وحتى هذه الصورة البارزة التي كان يجب أن تظل محفوظة في الذاكرة لم يبق لها أثر في شعور الشاب المريض.

وأظهر التحليل أن هذا الشخص لا يشعر في الوقت الحالي بانفعال الحزن على فقد شخص. وظهر ذلك بصور واضحة في موقفه من موت والده الذي كان أكثر الناس صداقة له وأرحمهم عليه، وكان يشعر نحوه بعطف عظيم وحب خالص.

وبجانب هذا الجفاف العاطفي في المواقف التي تتطلب ظهور انفعال الحزن فإن هذا الشخص لا يجد في نفسه نحو أمه أي تعلق عاطفي، بل تراه يدرك واجبه نحوها بعقله مستخدمًا قضايا منطقية تحتم عليه احترام أمه. بل نراه يصرح أنه في أغلب الأحيان يشعر بنوع من الانفعال يوحي إليه بمقاومة والدته خصوصًا عندما تعتدي على إخوته وهم أطفال صغار.

وبناء على هذه الحقائق المشعور بها لم أدهش عندما رأيت الشاب يربط لا شعوريًا بين كلمة كره وكلمة أم وكذلك بين كلمة جهل وكلمة أم أيضًا.

ولذلك كان من الواجب تمرين الشخص على الالتقاط السريع بواسطة جهاز العارض السريع (Tachystoscope). ووقف الشاب موقفًا يدل على تعبه في محاولة الالتقاط، وكان يميل إلى النقل والرسم ويفر من تأويل الأشكال المبهمة التي تشبه بقع رورشاخ Rorschach. وظهرت بعض الميول الجزئية في التأويل، وكان الشخص يهرب من الصور الكلية وحصر اتجاهه في الأشكال التي تتصل بعلم الحيوان. ولم يرض أبدًا عن أي تأويل من تأويلاته، بل كان دائمًا مستعدًا لفرضها أو تغييرها مع العلم أن

الحرية المطلقة كانت تحيط به في سلوكه حين طلب إعادة العرض أو تحديد مدة التأمل.

وظهر ميله للتشبث بأوضاع معينة فاحتج على عرضنا شكلاً معينًا في وضع مقلوب بالنسبة للعرض السابق وذلك لأنه شعر بتعب من بذل مجهود ذهني جديد يبعد الصورة السابقة. وأثبتت تجربة هامة أن سلوكه كان يرمي إلى الطريق السهلة ويتفادى الطرق التي تتطلب درجة من المجهود. فعندما عرضنا عليه صورة مبهمة، شبيهة بصور رورشاخ وتركنا له الحرية في تأويلها بالتأمل أو نقلها بالرسم اختار النقل. وكان يتعذر عليه أن يدرك الرسم عندما يحاول تأويله. وهذه الأعراض كلها تدل على نقص في مرونة توجيه النشاط النفسي. ومن المعروف أن تمرينات العرض السريع تقوي الإدراك وتربطه بالحركة لتقضي على التفكك في الأساس البيولوجي للانتباه وهو ترابط الطرق الصاعدة (الحس) بالطرق الهابطة (الحركة).

وأوحت كلمة نار بذكر اسم "ع" ولم يكن في ذهن الشخص أي تصوّر محدد يمكن أن ينطبق عليه اسم "ع" وبعد توجيه شعوري تذكر الشخص أن (ع) اسم خاله وأن هذا الخال قام بدور دفاع عن الشخص عندما كان طفلاً في مناسبة وجد فيها في مأزق. والغريب أن الشخص المحلل لم يكن راضيًا عن موقف خاله في ذلك الوقت لأنه كان يرغب في قيامه بدور أكبر، وأما اليوم فإنه يرى أن ما قام به خاله دفاعًا عنه كان كافيًا. ويستخرج من هذه المقارنة أن الشاب في طفولته كان يشعر بحاجة إلى من يدافع عنه ويحميه، ومن هنا جاء تعلقه الزائد بوالده الذي كان

يحميه في البيت من قسوة الأم. ولا شك في أن شعور الطفل بقسوة الأم قد يكون خاطئًا في فترة من الزمن ولكنه ليس من الطبيعي أن يستمر هذا الشعور طيلة سنوات عديدة. وأثبت الشخص أن قسوة والدته لم تكن موجهة نحوه وحده بل شملت كل إخوته.

وذكر هذا الشاب أنه لا يزال يتصور نفسه يضرب أمه في السنوات الأولى من الطفولة بعد ما سمع إيحاءها له بالدونية والضعف. ومن هنا أثبت أن هذه الطريقة في المعاملة كانت موجودة قبل إدراكه وقدرته على التذكر، فلا شك أنها بدأت قبل تعلم الطفل الكلام وفي أثناءه فيكون انتباهه للألفاظ الأولى مقرونًا بإيحاء بالدونية، وتثبت الأم أن هذا الشخص عندما كان طفلاً صغيرًا كان مسرفًا في البكاء إلى حد الإزعاج وكان الجيران يشكون من بكائه؛ لأنهم كانوا يقلون بسبب ذلك. ووصل الأمر بوالده إلى أنه كان يدفع أجرًا لخادمة تزور به أحد الأضرحة على قصد العلاج من شدة البكاء. فيستدل من هذا أن الشاب كان متعبًا في تربيته، ولا شك أن ذلك كان شببًا في حدوث نوع من الفتور في عاطفة الأم نحو أولادها جميعًا. كما أن السبب قد يكون راجعًا إلى الحالة البيولوجية عند الأم نفسها؛ لأنه تبين لنا أنها عصبية لا تصبر على تحمل أي تعب.

وبنينا على موقف الأم القاسي من الشاب في طفولته في الوقت الذي كان فيه ضعيفًا لا يستطيع المقاومة، حدوث نوع من الدفاع السلبي يمحو أثر الإيحاء بالدونية الذي تلقاه في وقت تعلمه اللغة أثناء السنوات

الخمس الأولى. ويمكننا أن نرجع إلى ذلك الحين البذرة الأولى للشعور بالنقص الذي شعر به، ولا يزال يشعر به إلى اللحظة الحاضرة.

وعندما حاولت معه طريق التحليل اللامباشر بواسطة تأويل الصور تبين لنا موقف معين في نظرته لصورة تمثل عطف الأمومة. نشاهد في الصورة سيدة تضم طفلاً وهو يميل برأسه على ثديها وكأنه يطلب الرضاعة، ومظهر السيدة الخارجي يدل على فقر وحاجة مادية، ونشاهد وراءها أرضية زرقاء تمثل لون السماء.

اتجه ذهن الشاب، رأسًا، إلى فكرة الأمومة قائلاً: هذه امرأة ساذجة ويبدو عليها أنها فلاحة فقيرة جاهلة بكل شيء لا تشعر بأي شعور غير الأمومة، وهي قبيحة المنظر لا تصلح كزوجة، وإنما هي أنثى قامت بوظيفتها وهي إنتاج طفل ولا قيمة لها بعد ذلك.

والغريب، أن الشاب أظهر نوعًا من الضيق ورمى الصورة مكتفيًا بما قاله. وعندما حاولت أن ألح عليه في الرجوع إليها والاستمرار في التأمل عبَّر عن ضيق ثم نظر إلى الصورة وقال: أشاهد بحرًا وراء هذه السيدة، وأعتقد أن هذه الأم تهم بإلقاء ابنها في البحر.

والغريب، أنه أدلى بهذا دون أن يذكر الدوافع والأسباب التي يمكنها أن تجعل هذه الأم تقوم بهذا الفعل الجنائي الشنيع.

وظلت الفكرتان المصحوبتان بشعور العطف والكره تتصارعان في ذهنه بشكل واضح، وقد ظهرت عليه علامات التعب والقلق بما كان يقوم به من حركات تعبر عن الضيق والتذمر. وأعتقد أن طريقة التأويل هذه كانت خير وسيلة لإظهار الصراع النفسي الذي كان كامنًا في نفس الشاب منذ الطفولة. وقد أيد لنا هذا الموقف قيمة ما أدلى به المريض في التحليل النفسي المباشر؛ إذ ثبت أن الأم كانت غير حنون نحوه في الطفولة فأحدث هذا الموقف عند الطفل نوعًا من التضارب بين الميل الطبيعي الذي يدفع كل طفل نحو أمه، وبين ما كان يشعر به من قسوة الأم وخشونة معاملتها، فكأنه كان مضطرًا إلى أن يفر منها إليها.



وجاءت أسباب أخرى ناتجة عن ضعف أعصاب الأم زادت في الصراع النفسي عند الطفل وأحدثت توترًا نفسيًا وعصبيًا، إذ بدأت الأم تخاطبه بطريقة توحي إليه بالنقص فكانت أول الألفاظ مؤذية؛ ولذلك لجأ الطفل إلى الدفاع السلبي فمحى من ذاكرته كل ما يتعلق بالطفولة إلى الوقت الذي بدأ يقاوم فيه بطريق آخر وهي الضرب والسب.

وفشلت كل محاولات استرجاع الذاكرة الخاصة بالطفولة الأولى؛ وذلك لأن التوتر كان موجودًا طيلة حياة الشاب، وزاد بتأثير صدمات نفسية جرحت شعوره الخلقي، إذ تعرض إلى إهانات أخلاقية، ولذلك نراه في حياته الجنسية يكره (الجنس) ويميل إلى الناحية العاطفية ليسرف فيها. وأحدث له التعلق العاطفي المثالي قلقًا لازمه في أوقات النوم وأبعد عنه الهدوء الضروري المطلوب في حالة النوم الطبيعي؛ ولذلك لم يعرف الاسترخاء بمعناه الصحيح.

ويتطلب العلاج تحليلاً نفسيًا عميقًا عن طريق مباشر وغير مباشر، ولكن التحليل النفسي وحده لا يكفي فلا بد من القضاء على التوتر البيولوجي الذي كان نتيجة الاضطرابات الاجتماعية التي أحدثت العقد النفسية بكبت الانفعال.

إن الانفعال يقضي على الانتباه. وطول الاضطرابات تولد الانفعال في فترات متقاربة وتقضي على الأسس البيولوجية التي يقوم عليها الانتباه الإرادي. ولذلك يجب العناية بتمرين الشخص على اكتساب قدرة التركيز. وأحسن وسيلة للوصول إلى تكوين درجة من الانتباه تمكن الشخص من التقدم في الحياة هي فرض نفسه للتكيف مع البيئات الاجتماعية التي يصادفها في سلوكه.

وأحدث الانفعال المكبوت عند الشاب ازدواج القطبين في كل اتجاه (Ambyvalency) واتضح موقف التناقض في كل شعور وفي كل فعل

وأصبح التردد مسيطرًا. فتراه يحب ويكره، ويقوي ويضعف، يقدم وينفر، ويشعر بالألم وباللذة، يميل إلى التجريد وإلى الموضوعية، ويشعر بدوافع الذكورة والأنوثة، تتغلب عليه نزعات النشاط والهبوط، يقبل على الحياة ولا يخاف من الموت.

وشعر الشخص بنوع من الغرابة؛ إذ أنه لم يجد في نفسه أي ميل للبكاء بعدما سمع خبر وفاة والده، وكان والده يسنده ويؤيده ويحميه في كل مرحلة من مراحل حياة الطفولة والشباب. وكان الوالد يعامل ابنه كصديق لا يفرض عليه أي رأي ولا يكلفه أي عناء بالخضوع إلى طرق خاصة في المعاملة كما هو شأن بعض الآباء الذين يحرصون على معاملة معينة.

وحالة الازدواج في الاتجاه تعرض كل الشخصية إلى الانحلال.

آثار الصراع النفسي

ليمك ننا أن نقف على آثار الصراع النفسي بطريقة وضعية ثابتة لا دخل للتخمين فيها يجب أن ندرس حالة معينة لشخص عانى هذا الداء مدة طويلة من الزمن وضح من آثاره الجسمية والاجتماعية والنفسية.

إنه شاب في الحادية والعشرين من عمره يشكو مر الشكوى من الصداع المستمر ومن الضعف الجنسي وبحة في الصوت. وكل من هذه المظاهر متصل بالناحية الجسمية ولذلك حاول هذا الشاب التغلب على هذه الاضطرابات بالوسائل المادية الكيميائية التي تؤثر في الجسم. ولكنه لم يلاحظ أي أثر للعلاج الفسيولوجي؛ واستمرت الاضطرابات على ما كانت عليه، بل إن بعضها مثل الصداع زاد في كثير من الأحيان.

وتحت ضغط الآلام العصبية الناتجة عن هذه الاضطرابات وتحت أثر الآلام النفسية الناتجة عن الشعور بالحرمان الجنسي والنقص في الرجولة جاء ينشد العلاج النفسي، ويجب أن نشهد لهذا الشاب بصفاء ذهني فطري وقوة متزنة في المنطق تبشر باستعداد قوي في ميدان الإنتاج الفكري. فالصراع النفسي الأساسي نشأ من ضعف فسيولوجي مقابل لتفوق ذهني، والصراع النفسي كان متوقعًا ولو لم يكن في الجسم ضعف،

وقد أشار المتنبي من قديم إلى أن الأجسام تتعب في تحقيق مراد النفوس الكبيرة.

وعندما نكون أمام اضطراب متسع الأطراف كما هو الشأن في حالة هذا الشاب يحسن أن نقسم مراحل التحليل، ويحسن أيضًا من أول لحظة استعمال بعض الصدمات النفسية البسيطة لنرى مدى مقاومة الشخص ودرجة اعتقاده في مرضه وأمله في الشفاء.

لقد لاحظت أن الشاب كان يتوقع كل الآثار الممكنة لحالته، وقَبِلَ، رغم قوة تمييزه، أنه قد يكون لتركيبه الفسيولوجي الجنسي دخل في ضعفه. وكان هذا الموقف بمثابة خط للرجعة حتى لا يكون المريض مساقًا إلى التحليل النفسي عن طريق إيحاء ضمني أو صريح مني، فأغلب الناس يقبلون على التحليل النفسي مدفوعين بإيحاء تتأثروا به عن طريق القراءة أو عن طريق المحلل نفسه. فيجب على كل محلل مخلص أن يضع نوعًا من الصعوبة في وجه الشخص الذي جاءه ينشد التحليل. وقد اختار فرويد ودي سوسور وغيرهما العقبة المادية ليبعدوا الأشخاص الفضوليين. وابتكر دي سوسور طريقة خاصة للكشف النفسي لمعرفة المرضى بالنفس مرضًا حقيقيًا. ولكن هذا الكشف طويل ومعقد ويمكن لمن اطلع عليه أن يتلاعب ويتصنع فيتقن التظاهر بالمرض النفسي.

وقد بدأت مع هذا الشاب بتحليل نفسي مباشر عن طريق التذكر الحر وتداعي المعاني. وأول ما بدر إلى ذهنه صورة محاولته الجماع مرتين

وانتهاء كل محاولة بالفشل المؤلم. وكان يشعر بآلام الصداع تشتد عند تفكيره وتذكره لفشله في الفعل الجنسي، ولم يخف هذا الشاب عني ميله إلى الجنس المماثل وعن إسرافه في العادة السرية بل قد دفعه الضغط الجنسي إلى القيام بأفعال جنسية مع الحيوانات. ويفهم من هذه المواقف أن هذا الشاب كامل من حيث الوظيفة الجنسية في أساسها الفسيولوجي. وكان أهم ما جاء في التحليل النفسي المباشر وله صلة بالفعل الجنسي هو محاولة هذا الشاب في أول أيام بلوغه القيام بالفعل الجنسي مع فتاة كانت ضيفة عندهم وحاول ذلك ليلاً وهي نائمة فشعر من طرفها بنوع من الاستسلام في أول الأمر ولكنها ما لبثت على تلك الحال حتى بدأت تحتج رافعة صوتها وأثارت ضجة أيقظت أهل الشاب من نومهم، فذهب صاحبنا هذا وأحضر مصحفًا ليقسم لها على عدم محاولته هذا العمل في المستقبل، ولكنها ثارت من جديد وفاهت بألفاظ تعيره بمعناها وجاء والده وقال له "ادخل إلى غرفتك لتنام ولا تعرضنا للفضيحة". وكان هذا الحادث بارزًا في حياة الشخص وأثار آلامًا مرة في نفسه وأوجد شعورًا بالذم وخوفًا مستديمًا من الفضيحة، واعترف الشاب بأن هذا الحادث كان بمثابة صدمة شديدة زاد من أثرها أنها صادفت نفسًا مرهفة حساسة. وأحدث هذا الموقف الحرج وما أثير حوله من شعور عند الآخرين وخصوصًا عند الوالد والوالدة وما نشأ عنه من خوف عند الشاب من الفضيحة والشعور بالذنب، أحدث ذلك كله انفعالاً عنيفًا ظل مكبوتًا في النفس.

ومما يدل على أن هذا الانفعال القوي ظل مكبوتًا بقوته وشدته هو ما شعر به هذا الشاب من ثورة عنيفة عندما ذكَّره أخوه بهذا الحادث

في أثناء الكلام عن الجمال والحب فكان كل من الأخوين يتحدث عن مثله الأعلى في الجمال وإذا بأخيه يفاجئه قائلاً "أليست ليلاك هي فلانة" وذكر اسم الفتاة التي كانت السبب في الحادث منذ أمد بعيد، فأثار ذلك التذكر في نفس الشاب ألمًا شديدًا، وأحيا الجرح النفسي كما لو أن الحادث كان قد وقع من يوم واحد. ولا يزال الشاب يذكر هذا الألم بنفس الانفعال إلى وقت التحليل، وكان صوته وهو يصور موقفه الانفعالي خافتًا مشوبًا ببحة تشبه بحة الخائف وكان الصوت متقطعًا والنطق مرتجفًا.

والدليل على قوة أثر حادث هذه الضيفة، التي كانت فقيرة وكانت تساعدهم في المنزل كما لو كانت تقوم بأعمال الخادمة، هو أن الشعور بالإثم والشعور بالخوف كانا يثوران في نفس الشاب كلما جاء ذكر الخدم أو كلما استحضروا في المنزل خادمة، وكان يرفض، كلما طلبوا منه، أن يساعد في استحضار خادمة.

ومما كان يقوي ألم الحادث هو تنبيه الوالد على الشاب ليغلق باب حجرته كل ليلة وكان ذلك يذكره بالموقف الحرج الذي وقفه أمام والده.

وذكر هذا الشاب حادثًا آخر له علاقة جنسية وهو محاولته الاتصال الجنسي بخادمة عجوز متقدمة في السن، فلم يستطع أن يقوم بالفعل الجنسي رغم كل التسهيلات التي لاقاها سواء من العجوز أو الجو الذي كان هادئًا؛ ويقول أن منظر جسم العجوز لا يزال يؤثر في نفسه بما يثيره من اشمئزاز.

وتؤثر هذه الصورة اللاشعورية تأثيرًا قويًا في إيقاف الفعل الجنسي وذلك لوجود صراع نفسي بين الإحساس بالجمال الذي كان هذا الشاب مأخوذًا به وبين صورة جسم المرأة العجوز.

وقد أحدث تعطل الوظيفة الجنسية في محاولة الاتصال بالعجوز شعورًا بالذنب وتمسك بالفرار الذي اتخذ المظهر الديني، وثار الشخص على نفسه وشعر بالسخط وعدم الرضا عن النفس.

ويمكننا أن نرى بوضوح ما يمكن لهذين الحادثين أن يتركا في النفس من انفعال يفكك الشخصية، ويفقده سيطرته على ملكاته وقواه الإرادية، وظهور الضعف واضحًا في العجز الجنسي، واستمرار الصراع داخل النفس قويًا بين الغريزة الفطرية التي تدفع إلى القيام بالفعل الجنسي وبين الموانع التي نتجت عن الانفعال المكبوت وظهر هذا الصراع واضحًا في صورة تردد مستمر في كل الأعمال.

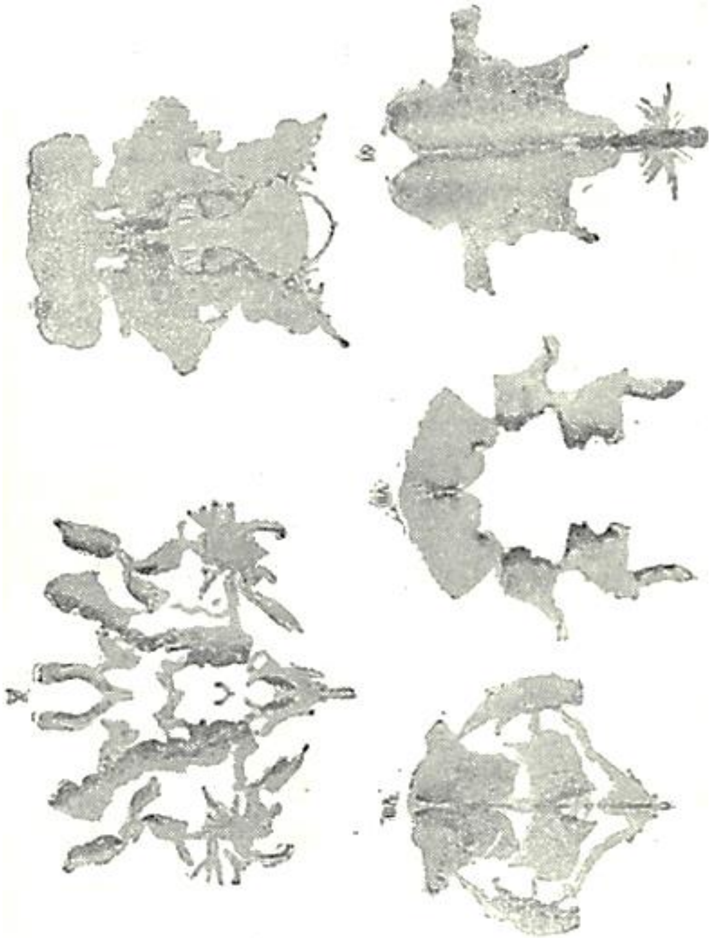
وظهر من التحليل النفسي المباشر أن الصراع النفسي الناشئ عن مواقف شاذة في الفعل الجنسي كانت أساس الضعف في الإرادة وظهور التردد والتفكك في الشخصية. ولنتأكد من هذه النتيجة يحسن أن نقوم بتحليل نفسي غير مباشر بواسطة بقع رورشاخ لنصل إلى ما يشغل الشخص من مشكلات في اللاشعور، ومعرفة الصور المسيطرة المكبوتة. وقد استجاب إلى الأشكال العشرة المشهورة في تجارب رورشاخ بما يأتي:

١ ، (1): خفاش – ٢ ، (2): حوض امرأة – ٣ ، (3): حوض امرأة – ٤ ، (4): حوض امرأة، زهرة قطن، عظام الظهر – ٥ ، (5): طائر، حمارة – ٦ ، (6): الأعضاء التناسلية والعملية الجنسية. ٧ ، (7): زهرة قطن، دودة قطن، عضو التناسل الذكر، الفناء أو الموت ٨ ، (8): الأسنان، ثقل الألم (الدب)، الصداع – ٩ ، (9): الرحم، عدم الترتيب، الصداع، كمثرى. ١٠ ، (10) لخبطة – دود – بحة صوتي، غزلان، موسيقى.

قد يستغرب القارئ هذا الاتجاه في الشرح وفي الإدراك لأنه يلاحظ سيطرة الأشكال الجنسية. كما أن المريض أوّل بعض الأشكال تأويلاً خاصًا لأنه تصور أصواتًا مثل بحة الصوت والموسيقى. كما أنه عبر عن عدم الترتيب وعن الفوضى في بعض الأشكال. ويلاحظ أن الاتجاه التركيبي الكلي واضح في تأويلاته وهذا ما يؤيد رأينا فيما يرجع إلى نضوجه الذهني، رغم وجود الصراع النفسي الكامن. ويؤيد هذا التحليل غير المباشر تحليل آخر عن طريق تداعي المعاني، فطلبت إليه أن يستعد ليستجيب إلى كلمات تلقى عليه بذكر أول ما يخطر على ذهنه من ألفاظ ومعانٍ، فذكر صورة الفتاة التي أحدثت عنده الانفعال الأول بالصدمة النفسية المتعلقة بالمحاولة الجنسية الأولى. ونذكر هنا الترابط بين الكلمات التي اختارها المحلل وبين الكلمات التي خطرت في ذهن المريض بطريق الصدفة الظاهرة والترابط اللاشعوري الداخلي.

وقد راعينا تحديد الزمن بين المنبه بذكر الكلمة، والاستجابة بذكر كلمات أخرى من المريض، بنقط تمثل الثواني يحدد مجموعها الفاصل الزماني بين المنبه والاستجابة.





غضب .... والدتي ووالدي

أب .... والدي

كراسة .... "ز"، كراسة

جمل .... عض

بطن .... كرش "متضايق من كرشي"

عصا ..... جدي "كان يمسكها في آخر حياته"

جيل .... خيبة

حقد .... شيوعية

بيت .... والدي ووالدتي "البيت في البلد"

ريح .... البحر، النيل، الغيط.

كرسي .... بلكونة، المرأة

أخ .... "س"

أكل .... سمنة. باذنجان

جمال .... "ر"

طبع .... شاذ (ز، س وأنا)

سرور .... قليل

أخت .... "ف"

باب .... "ف"

نار .... الغيط عندنا

سرير ....

"ز، ف، س ووالدتي ووالدي"

طريق ... . ثعبان

نفس ... . ألم

جد . ... جدي

خضار ... ... أم عبده

كتاب .. .. مكتبة؛ عقاد، ممتاز

وهم ... . "س"

خوف ... .. ثعبان، النيل، البلد

اسم ... . "ي"

كره ... . "ي"

سرير ... ... اتصال جنسي

جهل ...... "ي"

طويل ... .. عقاد، سعيد

خسارة .... "ز، ف ورقة يا نصيب"

نوم ... استرخاء

حب . "ر"

سفر ... ... البلد وحادثة عربية كانت ستقع في الترعة وأنا مسافر مرة

رجل .... (س)، والدي والعقاد ومصطفى كامل

حرب .... كوريا

وهم .... حب

يبدو من هذا التحليل عن طريق تداعي المعاني الموجه أن الشخص يعطي أهمية كبرى للعلاقات العاطفية وهو متجه فيها اتجاهاً مثاليًا مجردًا عن الميل الجنسي. وكان لكلمة سرير أهمية كبرى إذ ذكر كل أفراد العائلة وذكر الناحية الجنسية، ويعاني الشخص زيادة في الصراع لقلة في النوم ناتجة عن اشتراكه مع بعض أفراد العائلة في سرير واحد. كما أن هذا الشاب ذكر بمناسبة تداعي المعاني خلافًا مستمرًا بين والديه وأنه يحاول دائمًا أن يتدخل ليوفق بينهما، فزاد صراعه النفسي تحت تأثير المشاركة الوجدانية وتقمصه عن طريق الإسقاط للخلاف بين والديه.

وبعد هذا التحليل الدقيق طلب من الشخص أن يمتنع عن كل محاولات شاذة للفعل الجنسي، وأهمها العادة السرية، وطلب منه أن يصمم في نفسه على قتل كل الطرق التي يمكن للفعل الجنسي أن يسلكها سلوكًا شاذًا، وبعد مدة وجيزة من الزمن استطاع أن يعبر عن صدماته النفسية المتعلقة الفعل الجنسي دون انفعال، كما أنه وفق إلى حد كبير في وقف الاتجاهات الشاذة للفعل الجنسي، واستطاع بذلك أن يشعر بثقة في نفسه وقام بالفعل الجنسي الطبيعي بكيفية ناجحة، وتحسنت حالته إلى حد كبير فيما يختص بشكواه من الصداع، ولو أن هذه الشكوى كانت تظهر دائمًا متصلة بالشكوى من عدم الراحة في النوم الناتج عن اشتراكه في سرير واحد مع إخوته. وشعر الشخص بتحسن كبير في وظائفه النفسية، وظهر صفاؤه الذهني واضحًا في مناقشاته لبعض المسائل الفلسفية. ويمكننا بذلك أن نقول: إننا قضينا على أساس الصراع النفسي ولم يبق أمامنا إلا تشجيع الشخص على تحمل بعض التعب للقضاء على آثار الصراع النفسي في الجسم والنفس.

الصراع النفسي في المجال الفكري

لقد حاول فشر أن يدرس أسس الفكرة الثابتة "مدخل إلى علم النفس الشاذ" وربط دراسة الفكرة الثابتة بكل أنواع التسلط في السلوك سواء كان سلوكًا ذهنيًا أم حركيًا. وقرب فشر بين هذه الأنواع من الاضطراب وبين مختلف الانفعالات الشاذة.

ولكي يمكننا أن نتعمق في فهم الصراع النفسي في المجال الفكري فلا بد من أن نقف على حالة واقعية يشكو منها شخص وصل إلى درجة عالية من النضوج العقلي.

حضر شاب يشكو من تسلط فكرة على ذهنه وصلت خطورتها إلى درجة التأثير على السلوك. اعتقد هذا الشاب أن رؤساءه في مكتب عمله يظهرون ميلاً إلى شذوذ جنسي نحوه، ومع أنه متأكد من الميل عند هؤلاء الرؤساء فهو غير مدرك للدافع ويشك في قصدهم هل هو مجرد شذوذ قد يظهر نحو غيره من الناس أو هو اتجاه إرادي يقصد منه الإهانة والانتقام. ولكن فكرة الإهانة بدأت تختفي أخيرًا لأنه يعتقد أن آخرين من أصدقائه وزملائه خارج مكتب عمليه يظهرون هذا الميل الشاذ فيما يرجع إلى القيام بالفعل الجنسي معه. ويشعر الشاب وقد بدت عليه علامات الإعياء

والتعب أنه متعب من جراء المقاومة التي يبذلها باستمرار للتغلب على فكرته الثابتة.

وهنا يجب أن نذكر أن هذا الشاب ليس فيه من المغريات التي قد توجد عند غيره بل يشعر من يجالسه بوقار ونوع من الرجولة المسلحة باتزان عصبي وعميق فكري. وكذلك نجد في الواقع بعد الاستماع إلى هذا الشاب استعدادًا قويًا للتفكير المنتج الذي لا نصادفه بسهولة في مجالاتنا الفكرية.

ولكي نُخّلص هذا الشاب من فكرته الثابتة لا بد من الرجوع إلى الماضي وتتبع مراحل الحياة علنًا نجد سببًا مباشرًا أو غير مباشر أحدث هذه الفكرة. واتجاهنا هذا نحو الماضي يتطلب تأكدًا أوليًا من أن الفكرة لا أساس لها من الواقع في الوقت الحالي. ويمكننا أن نتأكد بأسئلة دقيقة عن سلوك الشخص في الوقت الحاضر. وجاءت كل الأسئلة نافية لكل احتمال يثبت واقعية الفكرة.

وهناك قاعدة معروفة في علم النفس المرضي تثبت أن كثيرًا من الأشخاص الذين يقاومون ميلاً من الميول الشاذة ولا يستطيعون التصريح بهذه المقاومة فإنهم يسقطونها على الآخرين، وقد يحدث أيضًا إبدال الميل بفكرة أخرى يشرف الشخص مقاومته لها وترضي حبه لذاته وتحافظ على كرامته.

وفي أغلب الأحيان تكون الفكرة الثابتة مدعاة لصراع داخلي شعر به الشخص بمخالطته يوميًا لأشخاص يعزهم ويتعلق بهم ويهابهم دائمًا في خلاف وصراع مستمرين، فإن هذا الصراع الخارجي بين شخصين يقدرهم الشخص بدرجة واحدة قد يحدث صراعًا نفسيًا يتمثل في فكرة ثابتة يعرف الشخص أنها خاطئة ووهمية ولكنه رغم ذلك يقاومها ويتعب في مقاومتها ويبذل مجهودًا جبارًا لإبعادها عن ذهنه. ولكنه في نفس الوقت يتمسك بها كوسيلة نافعة لإبراز الصراع النفسي اللاشعوري الذي تأثر به من الجو الخارجي.

وأكثر الشبا الذين يشاكسون الناس دون سبب ظاهر يكونون متأثرين بالخلاف العائلي في المنزل ويشعرون بميل إلى الصراع فيظهرونه في الأوساط التي يعيشون فيها.

ويفيد التحليل النفسي إفادة كبرى مثل هذه الحالات لأن التعبير عن الخلاف وتصوره تصورًا ذهنيًا واضحًا يحدث نوعًا من التفريغ الذي يبطل التصريف اللاشعوري عن طريق الأفعال اللا إرادية.

ويفيدنا هذا القانون في الربط بين الخارج وبين الصراع النفسي فيما يرجع إلى حالة الشاب الذي ذكرناها كمثل واقعي لهذه الدراسة. إننا وجدنا عنده في حياته الأولى مشاركة فعالة لخلافات عائلية بين أفراد الأسرة، لقد كان أعمامه يضايقون والدته كما أن جدته كانت في حالة صحية شاقة ورغم ذلك كانت مهملة وتعامل معاملة قاسية من زوجة عم

الشاب؛ ولم يستطع هذا العم أن يحمي أمه من زوجته رغم تدخل الشاب وسعيه في استفزازه. وذكر الشاب مواقف نزاع عديدة رسخت آثارها في ذهنه منذ الطفولة ونسي الكثير منها مدة طويلة من الزمان إلى أن جاء التحليل يرجعها للذاكرة منذ ذكرها الشاب مع شيء من الألم والشعور.

ومن أصعب المواقف التي وقفها هذا الشاب موقف التحيز إلى الوالد وتأييده له ونصرته على عمه رغم علمه أن والده كان مخطئًا في اتجاهه، لا لشيء إلا لأنه والده وأنه يجب أن يؤيد والده.

ولعل السبب الأساسي الذي أيد هذا النزاع في نفس الشخص هو معارضة أهله لميوله الدينية الأولى، فقد كان الشاب يحاول أن يعيش عيشة رجال الدين المتصوفين المنقطعين للدراسات الدينية، وقاوم أهله هذا الاتجاه مقاومة شديدة وأرغموه على الالتحاق بكلية الحقوق فلم يكن راضيًا عن هذا الاتجاه وأقبل على مطالعة الكتب الفلسفية والأدبية، وتكونت عنده رغبة لسماع الموسيقى الراقية لأنه كان دائمًا يشعر بارتياح كلما سمع الألحان الدينية، ولكن فرصة سماع الموسيقى الكلاسيك لم تتح له. وهنا نشعر ببدء مظهر من مظاهر الصراع يتخذ شكلاً فكريًا، فإن عدم رضاه على اتجاهه الدراسي وتشوقه إلى اتجاهات فنية وفكرية جعله يشعر في داخل نفسه بنزاع ظهرت صورته بتعبير واضح في حلم من الأحلام تكرر مرارًا "يرى الشاب في أغلب الليالي أنه يفتح كتابًا من كتب القانون المدرسية فيجد رموزًا موسيقية بدلاً من الحروف العادية، وتكررت هذه الأحلام كثيراً".

لقد مثلت هذه الأحلام بطريقة واضحة الصراع بين الاتجاه الذاتي إلى دراسة الفن والمواد التي تتعلق بالتفكير والابتكار وبين الاتجاه المفروض من الخارج الذي يقوم على الحفظ والتحصيل دون أن يكون هناك مجال للبحث والتجديد. وأثر الصراع النفسي في الشاب إلى درجة أنه كان يشعر بضيق واضطراب وشعور بالفراغ. وكافح وحده وبحث عن الحل للخروج من هذا المأزق فلم يجد غير الإقبال على التعمق في دراسة القانون على أساس فلسفي يمكنه أن يبحث فيه بحثًا خاصًا يقوم على تفكير يؤدي إلى اكتشاف خاص، ولولا سرية الموضوع لذكرت المراحل الهامة التي اجتازها هذا الشاب، وهي مراحل تدل كلها على وجود صراع نفسي عنيف في ميدان فكري بعد ما كان في ميدان اجتماعي وجنسي.

ولعل الذي قوى الصراع وزاد من خطورته هو امتناع الشاب عن أي تصريف جنسي وابتعاده عن المرأة مما جعله يتعرض في بعض الأحيان إلى العادة السرية بالرغم من إرادته.

وأثبت التحليل النفسي غير المباشر حدة الصراع فيما يختص بالاتجاهات الأساسية للحياة. فعندما سمع قطعة موزارت: "ليلة موسيقية صغيرة" قال: يخيل إلي أنها موسيقى موضوعة للأطفال. فهي موسيقى خفيفة وغير عميقة. وخفة هذه الموسيقى جعلتني أدرك فكرة لم تتضح في ذهني إلى الآن.

"وتقوم هذه الفكرة على مقارنته بين نوعين من الحياة: نوع خفيف ليّن يوحي بالراحة والاطمئنان، وبين نوع آخر من الحياة القوية العنيفة التي تتطلب سلاحًا قويًا وأفكارًا عميقة ونضالاً متواصلاً يوحي بالقسوة ويسيطر عليه الحزن، ولكنه نوع من الحياة يرضي النفس ولا يترك لها مجالاً للندم أو الخوف من الراحة الكاذبة. ولذلك لا أرضى عن هذه الموسيقى الخفيفة، وكنت أود أن أسمع موسيقى أكثر عنفًا من هذه حتى أشعر بالتجاوب بينها وبين نفسي. ولا شك أنني كنت أتمنى أن أصل في يوم من الأيام إلى الميل الذي كنت دائمًا أميل إليه وأتوق إليه وهو أن أنعم بالحياة الهادئة التي تتيح لنا فرصة التمتع بالفن والإقبال على الصلاة والتوجه إلى الكون وجهة حرة تمكننا من إدراك اللطف والجمال. وعندما أرى غيري يتمتع بالحياة اللطيفة الهادئة التي يكاد يكون أساسها مبسطًا لا عثرة فيه ولا عقبة تعوق الاسترسال فيها فإني أشعر بنوع من القلق والحزن ولا شك أنني في داخل نفسي أرمي إلى أن أحب هذا النوع من الموسيقى ولكن الحالة التي أعانيها لا تسمح لي بالتمتع بها ولذلك تراني أحبها وأكرهها في نفس الآن".

وأسمعنا الشخص قطعة لباخ وهي الكونشرتو المزدوج "D. Minor" وهي عبارة عن أربع وصلات الأولى منها عنيفة قوية سريعة والثانية هادئة بطيئة ناعمة. فقال عن الأولى إن صوتها عال وغير مريح. وقال عن الثانية إنها أشعرته براحة أقوى وشعور ألطف وقال "كما لو كان هناك في هذه القطعة ما يوحي بشعور قوي يحميني، بل قد اتجه ذهني إلى التفكير في شخص قوي يحميني. إن النغمات التي سمعتها في القطعة الثانية بعثت في

نفسي اطمئنانًا عنيفا" وبذلك لاحظنا أن موقفه من القطعة الأولى أظهر نوعًا من النفور عكس ما كنا نتوقع وبمناسبة سماع الشخص للموسيقى اعترف أن ميوله الأولى كانت فنية وأن شعوره وحساسيته للفن أظهر رغبات قوية ظلت مكبوتة في نفسه وجاء الاتجاه الدراسي للقانون معاكسًا للاتجاه الفني الأصلي فأحدث ذلك صراعًا نفسيًا في المجال الفكري.

"وأني قاومت الميول الفنية والاتجاه الأدبي لأني كنت أشعر بانفعال قوي يقويني عندما أتصل بالفن والأدب وكانت هذه الميول الفنية تبعدني عن الحياة العملية وتوجهني وجهة مثالية خيالية بعيدة عن الواقع، وكنت أؤمن بالمثل الأعلى إيمانًا قويًا إلى درجة أني لم أكن أتصور أن أستاذًا جامعيًا يمكنه أن يغادر الجامعة وكرسيها المقدس ليخرج للقيام بأعمال خارجية، وكنت أتصور أن الحياة الجامعية وما يحوطها من قدسية الدراسة والبحث أسمى شيء في الوجود وأعمق لذة للإنسان ولكني بعد ذلك أصبت بخيبة أمل إذ لاحظت أن كل من حولي يتسابق إلى المادة ويضحي بالرغبة العلمية ولا يوفيها حقها فبدأت أكافح داخل نفسي لأوجهها إلى الحياة العملية ولذلك بحثت عن وظيفة حكومية وخضعت إلى العمل المادي الذي يتنافى مع ميوله الأصلية وشعرت بتطاحن قوي في نفسي وكنت دائمًا أحاول أن أقضي على سؤال يحز في نفسي ويظهر دائمًا أمامي ليدفعني إلى تحديد الأفضلية بين الحياة العلمية المثالية أو الحياة العملية الواقعية وكنت قد قضيت على الاتجاه المثالي وخضعت للحياة العملية إلى أن جاء التحليل النفسي وأظهر من جديد الصراع وأحيا ميولي الفنية وجعل صرختها تقوى في نفسي ولو أنها لم تنقطع لحظة منذ ظهورها في الأيام

الأولى. وكنت أعتقد وأنا أشعر بالميول الفنية العلمية التي غزت نفسي في أول إدراكي للحياة انفرادي بذلك الإدراك وعدم مشاطرة أهلي وزملائي وحتى أساتذتي بتلك الميول فحكت عليها بالانحراف والشذوذ وأقنعت نفسي بذلك وحاولت قلتها والقضاء عليها وكنت أعتقد أنها قد تلاشت آثارها ولكنني أشعر الآن أنها لا تزال كما كانت قوية مخبوءة في طوايا نفسي. وأعتقد أنني سأتمتع بالراحة الكبرى إن استطاع علم النفس أن يساعدني على إرجاعي إلى تلك الحياة الفكرية الطاهرة على أسس ثابتة تتفق مع الحياة العملية ولا تتعارض مع الاتجاهات الاجتماعية الحالية في البيئة التي أعيش فيها.

وهنا يجب أن نأسف أسفًا شديدًا على كل شاب عانى مثل هذا الصراع العنيف بين الميول الفردية الراقية وبين ميول المجتمع الرخيصة وما نشاهده عند هذا الشاب نشاهد مثله عند الكثيرين من الشبان الآخرين الذين يبدأون حياتهم بآمال واسعة تدفعهم إلى البحث ومحاولة الابتكار ولذة الاكتشاف ولكنهم لا يلبثون أن يصطدموا بصخرة المبدأ التي يضعها في طريقهم من سبقهم في الحياة وأبلوا بالخوف من الحياة وفرضوا عليهم اتجاهات سهلة معبرة لا تتطلب أي جهد ولا تتيح الفرصة لأي ابتكار وتجمع الشباب في شبه قطيع يسير في موكب مشترك يزاحم بعضهم البعض الآخر دون أن يكون هناك أي مجال للطابع الشخصي الذي يعطي الإنسان الشعور بفرديته والتقدير لشخصيته فإن أغلب الشباب المسلحين الذين يشعرون باللحن يولد لحنًا مجردًا كاملاً ويظهر فجأة بطريقة لا شعورية أو في صورة حلم كامل مستقل لا يستطيعون الاحتفاظ بصورة اللحن

الطبيعية الفكرية ولكنهم تحت تأثير البيئة يتحتم عليهم إظهار اللحن في شكل مبسط تؤيده الحركة ويبرزه اللفظ. ولكن ابتعادنا في الشرق عن سماع الموسيقى الكلاسيك الراقية ذنب نحو أنفسنا وتعذيب لمواهبنا المحرومة من الغذاء الذي يقويها وقد شاهدنا فيما يختص بموقف الشاب المشار إليه من الموسيقى أنه أظهر تعطشًا قديمًا ومجرد اتصاله بالألحان المركبة تركيبًا فنيًا أدرك بعض ميوله الفنية التي كانت تأكل من نشاطه النفسي وتضغط على أعماق اللاشعور لتحدث اضطرابات فكرية وتضاربًا في السلوك وضعفًا في الإرادة. إنه في استطاعتنا أن نجعل مثل هذا الشاب يوفق بين ميوله الفنية وميوله الفكرية وبين اتجاهاته المثالية واتجاهاته الواقعية إن نحن وجهناه إلى سماع الموسيقى الفنية بالألحان المركبة تركيبًا فنيًا يعبر عن تيارات النفس الدقيقة فإن المؤلفين الموسيقيين الكبار ألفوا في أغلب الأحيان قطعهم الخالدة تحت تأثير أزمتا نفسية ورغبات شعورية ويمكن لأي إنسان أن يشعر بالراحة عند سماعه للقطعة التي تعبر عن الحالة التي تشبه حالته النفسية.

وما علينا إلا أن نتصور الأزمة النفسية التي تعرض إليها بتهوفن وهو علم من أعلام الموسيقى الكلاسيكي إذ فقد السمع الذي كان يصله بأدق الأصوات الطبيعية وكان يميز به أرق الألحان المتناغمة ويعتبر فقده للسمع الذي كان لذته الوحيدة في وسط فقره وحرمانه وعزلته الاجتماعية أكبر صدمة نفسية يمكن للإنسان أن يعانيها. فلا شك أن الصراع النفسي قبل الخضوع للواقع الذي قضى عليه بسجن الصمت والسكوت الناتجين عن الصم، كان صراعًا عنيفًا مزّق الأحشاء وولد الصرخة العنيفة في ألحانه الخالدة. إن الموسيقى بمختلف أنواعها علاوة على ما تحدثه من توافق في

الموجات المحنية من الناحية البيولوجية فإنها تعبر أدق تعبير عن الألوان النفسية التي تعجز أي لغة عن تصويرها فإن كل محاولة للتخلص من الصراع النفسي تدعونا أولاً إلى التعبير عن أسبابه المتطاحنة المتباينة واعتقد اعتقادًا جازمًا أن لغة الموسيقى هي أكبر ترجمان يساعدنا على القضاء على كل آثار الصراع بعد إبراز أصوله وأسسه ومظاهره.

الفهرس